APROB

Şefa DÎ Hânceşti

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

CALENDARUL

Activităţilor sportive raionale ale elevilor în anul academic 2018/2019

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

 HÂNCEŞTI

**Graficul desfăşurării competiţiilor raionale ale elevilor din unităţile de învăţământ ale r.Hânceşti pentru anul de studiu 2018-2019.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 | 23 -24.02.19 | LT„M.Sadoveanu” | Clasa a XII-a , a IX-a, câte un băiat şi o fată |
| **2** | **Dame(licee)****cl.X-XII** | **4b+4f** | **Noiembrie**  | **-** | **24.11.18** | **LT „M.Eminescu”** | **3 b+ 3 f** |
| 3 | Dame(gimnazii)cl.I-IX | 20b+20f | Noiembrie- Decembrie  | 17.11.18 | 08.12.18 | **LT „M.Eminescu”** | 3 b+ 3 f |
| **4** | **Şah (licee)****cl.X-XII** | **4b+4f** | **Noiembrie**  | **-** | **24.11.18** | **LT „M.Eminescu”** | **3 b+ 3 f** |
| 5 | Şah(gimnazii)cl.I-IX | 10b+10f | Decembrie  | - | 08.12.18 | **LT „M.Eminescu”** | 3 b+ 3 f |
| **6** | **Tenis de masă (licee)****cl.X-XII** | **4b+4f** | **Ianuarie**  | **-** | **15.12.18** | **LT„M.Sadoveanu”**  | **3 b+ 3 f +2rezervă** |
| 7 | Tenis de masă (gimnazii)cl.I-IX | 9b+7f | Ianuarie | - | 12.01.19 | LT„M.Sadoveanu”  | 3 b+ 3 f +2rezervă |
| **8** | **Volei (licee)****cl.X-XII** | **3b+3f** | **Februarie**  | **-** | **02.02.19** | **LT„M.Sadoveanu”** | **10 b+10 f** |
| 9 | Volei (gimnazii)cl.I-IX | 16b+21f | Ianuarie –Februarie | I.etapă19.01.18 | 09.02.19 | **LT„M.Sadoveanu”** | 10 b+10 f+ rezervă |
| Etapa a II.26.01.19 |
| **10** | **Baschet (licee)****cl.X-XII** | **4b+5f** | **Martie**  | **-** | **09.03.19****( băieţi )** | **LT „Şt.Holban”**  | **10 b+10 f****+ rezervă** |
| **16.03.18****( fete )** |
| 11 | Baschet (gimnazii)cl.I-IX | 12b+8f | Martie  | 02.03.19 | 23.03.19**( băieţi )** | GM „A.Bunduchi” | 10 b+10 f + rezervă  |
| 30.03.19**( fete )** |
| 12 | Starturi veselecl.IV | 12 | Aprilie  | 06.04.19 | 27.04.19 | LT „Şt.Holban” | 5b+5f+2rezervă |
| 13 | Cursa Olimpică de atletismcl.V-XII |  | Mai  | - | 25.05.19 | Hânceşti  | I grupă – cl.a V-VIIII grupă – cl. a VIII-IXIII grupă – cl. a X-XII |
| 14 | Speranţele Olimpice de atletismcl.VII |  | Mai  | - | 11.05.19 | GM Bobeica | 2(b) + 2 (f),  |
| 15 | Mini-fotbal „Guguţă”.cl.IV-V | 12 | Aprilie -Mai | 20.04.19 | 04.05.19 | GM „A.Bunduchi” | 10 elevi+ rezervă |
| 16 | Ziua sportivului  |  | Mai  | - | 01-19.05.18 | 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 90 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.

Conţinut şi variante:

1. Partea teoretică - 1-2 variante;
2. Viteză:
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. Alergare de suveică 6x10m, cu atingerea unui obiect ( fete şi băieţi cl.a IX ).
6. Alergare de suveică 10x10m, cu atingerea unui obiect ( fete şi băieţi cl.a XII )
7. Rezistenţă:
8. Sărituri laterale în zigzag, pe ambele picioare timp de un minut , distanţa de 50cm ( fete şi băieţi cl.a IX şi a XII ).
9. Sărituri în lungime de pe loc ( fete şi băieţi cl.a IX şi a XII) .

 4. Baschet : ( fete şi băieţi cl.a IX şi a XII )

 a) Optul cu conducere din doi paşi cu aruncare la coş de 1I.

b) Conducerea mingii pe semicerc cu aruncare la coş ,din dreapta şi stânga din doi paşi de 1I.

c) Conducerea cu aruncări la coş de la punctele marcate de 1I.

1. Volei : ( fete şi băieţi cl.a IX şi a XII )
2. Serviri consecutive peste plasa la precizie.
3. Preluarea mingii de jos, pasa de sus trimisă în pătrat de 1I.
4. Preluarea mingii de sus, de jos ,pe loc şi în mişcare de 1I.
5. Gimnastică:

( băieţi – IX )

1. P.i de bază-pas înainte, echilibru pe un picior;
2. Îndreptare , pas înainte, sprijin ghemuit stând pe cap şi mâini, sprijin ghemuit;
3. Două rostogoliri înainte în sprijin ghemuit;
4. îndreptare , 2 răsturnări laterale în stând depărtat, alipirea picioarelor în poziţia de bază;
5. Săritura cu extensie, aterizare;

( fete – IX )

1. P.i de bază-pas înainte, echilibru pe un picior;
2. Întoarceri împrejur, rulare înapoi în stând pe omoplaţi; rulare înapoi peste umăr, semisfoara, braţele lateral, cu bătaia ambelor, sprijin ghemuit, întoarcere împrejur;
3. Două rostogoliri înainte în sprijin ghemuit ;
4. îndreptare , 2 răsturnări laterale în stând depărtat, alipirea picioarelor în poziţia de bază;
5. Săritura cu extensie, aterizare;

 ( băieţi – XII )

1. P.i de bază-pas înainte, echilibru pe un picior;
2. Balans cu unul şi împingere cu celălalt stând pe mâini;
3. Rostogolire înainte în sprijin ghemuit cu întoarcere la 1800;
4. Două răsturnări laterale consecutive în direcţii diferite;
5. Săritura cu extensie, aterizare;

 ( fete – XII )

1. P.i de bază-pas înainte, echilibru pe un picior;
2. Sprijin ghemuit, rulare înapoi în stând pe omoplaţi;
3. Rulare înainte în sprijin ghemuit, 2 rostogoliri înainte, săritură cu întoarcere la înapoi 180o;
4. Două răsturnări laterale consecutive în direcţii diferite;
5. Săritura cu extensie, aterizare;
6. Forţă:
7. Urcare prin răsturnare, din atârnat la bara fixă ( băieţi – IX-XII ).
8. Din atârnat la scara fixă, ridicarea picioarelor întinse ( băieţi – IX – XII ).
9. Ridicarea picioarelor în echer din atârnat la scara fixă ( fete – IX – XII ).
10. Din atârnat la scara fixă, ridicarea genunchilor la piept ( fete – IX – XII ).

**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 ).

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| I | II | III | IV |
| (Logăneşti) | ,,A.Donici’’ | **( ,,M.Eminescu ‚’)** | **( ,,M.Sadoveanu’’ )** |
| **Drăguşenii Noi** | Topor (Cărpineni) | Caracui | Pervomaiscoe |
| Obileni | **( ,,D.Creţu’’)** | Mingir | ,,D.Cantemir’’ |
| ,,K.Evteeva’’ | ,,Şt.Holban’’ | ,,Anisie’’ | Voinescu |
| Bălceana | Boghiceni | Dancu | ,,C.Tănase’’ |

Echipele subliniate sunt gazdele competiţilor. Din fiecare subgrupă învingătorii la fete şi băieţi vor merge la etapa finală.

Repartizarea pe grupe de participare la proba dame, licee (fete şi băieţi).

|  |
| --- |
| **( ,,M.Eminescu’’ )** |
| ,,D.Cantemir’’ |
| ,,Şt.Holban’’ |
| ,,M.Sadoveanu’’ |

Echipele vor juca finala la fete şi băieţi, iar echipa subliniată este gazda de primire a competiţiilor.

Repartizarea pe grupe de participare la proba şah, gimnazii ( fete şi băieţi ).

|  |
| --- |
| Logăneşti |
| Dancu |
| Voinescu |
| ,,M.Sadoveanu’’ |
| ( ,,M.Eminescu’’ ) |
| ,,Şt.Holban’’ |
| ,,D.Cantemir’’ |
| Lăpuşna |
| ,,K.Evteeva’’ |
| ,,A.Donici’’ |

Echipele vor juca finala la fete şi băieţi, iar echipa subliniată este gazda de primire a competiţiilor.

Repartizarea pe grupe de participare la proba şah, licee ( fete şi băieţi ).

|  |
| --- |
| **( ,,M.Eminescu’’)** |
| ,,D.Cantemir’’ |
| ,,Ş.Holban’’ |
| ,,M.Sadoveanu’’ |

Echipele vor juca finala la fete şi băieţi, iar echipa subliniată este gazda de primire a competiţiilor.

**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 pe grupe de participare la proba tenis de masă, gimnazii ( fete şi băieţi ).

|  |
| --- |
| ( ,,M.Sadoveanu’’ ) |
| ,,M.Eminescu’’ |
| Logşneşti |
| ,,Şt.Holban’’ |
| Cotul Morii |
| Drăguşenii Noi |
| ,,C.Tănase’’ |
| Obileni |
| ,,K.Evteeva’’ |

Echipele vor juca finala la fete şi băieţi, iar echipa subliniată este gazda de primire a competiţiilor.

Repartizarea pe grupe de participare la proba tenis de masă, licee ( fete şi băieţi ).

|  |
| --- |
| **,,M.Eminescu’’** |
| Lăpuşna |
| ,,Ş.Holban’’ |
| ( ,,M.Sadoveanu’’ ) |

Echipele vor juca finala la fete şi băieţi, iar echipa subliniată este gazda de primire a competiţiilor.

**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 ).

 (băieţi )

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| I etapă | Etapa a II | Etapa a III finala |
| ,,A.Plămădeală’’ | 1 | 1 |  |
| **(Drăguşenii Noi)** | 1 | 23 |  |
|  |  |
| **(Bobeica)** | 2 |
| ,,A.Donici’’ | 2 |
|  |  |
| **(Bujor)** | 3 |
| ,,K.Evteeva’’ | 3 |
|  |  | 45 |  |
| Mingir | 4 |
| ( ,,Şt.Holban’’ ) | 4 |
|  |  |
| Obileni | 5 |
| (Oneşti) | 5 | 67 |  |
|  |  |
| Boghiceni | 6 |
| ( ,,C.Tănase’’ ) | 6 |
|  |  |
| ,,D,Cantemir’’ | 7 |
| ( ,,M.Eminescu’’ ) | 7 | 8 |  |
|  |  |
| Cotul Morii | 8 |
| ( ,,C.Radu’’ ) | 8 |

Gazdele etapei a doua vor fi din subgrupele : 1; 3; 5; 7;

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

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

 ( fete )

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| I etapă | Etapa a II | Etapa a III finala |
| ,,A.Plămădeală’’ | 1 | 1 |  |
| (Drăguşenii Noi) | 1 | 23 |  |
|  |  |
| (Bobeica) | 2 |
| ,,A.Donici’’ | 2 |
|  |  |
| (Bujor) | 3 |
| ,,K.Evteeva’’ | 3 |
|  |  | 45 |  |
| Mingir | 4 |
| ( ,,Şt.Holban’’ ) | 4 |
|  |  |
| Obileni | 5 |
| (Oneşti) | 5 | 67 |  |
|  |  |
| Boghiceni | 6 |
| ( ,,C.Tănase’’ ) | 6 |
|  |  |
| ,,D,Cantemir’’ | 7 |
| ( ,,M.Eminescu’’ ) | 7 | 8 |  |
|  |  |
| Cotul Morii | 8 |
| ( ,,C.Radu’’ ) | 8 | 9 |  |
|  |  |
| (Dancu) | 9 |
| Mireşti | 9 |
|  |  | 10 |  |
| Fundul Galbenei | 10 |
| ( ,,A.Bunduchi’’ ) | 10 |
| Bozieni | 10 |

Gazdele etapei a doua vor fi din subgrupele : 1; 3; 5; 7; 9;

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

Repartizarea pe grupe de participare la proba volei, licee( fete şi băieţi ).

|  |
| --- |
| **( ,,M.Sadoveanu’’ )** |
| ,,D.Cantemir’’ |
| ,,Şt.Holban’’ |
| ,,M.Eminescu’’ |

Echipele vor juca finala la fete şi băieţi, iar 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 ).

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | I |  | II |  | III |  | IV |
| 1 | ,,M.Sadoveanu’’ | 1 | (Caracui) | 1 | Fundul Galbenei | 1 | ,,D.Creţu’’ |
| 2 | ( ,,A.Bunduchi’’ ) | 2 | Universum | 2 | (Mingir) | 2 | ( ,,S.Anisie’’ ) |
| 3 | Tălăeşti ( B ) | 3 | Mereşeni ( B ) | 3 | Mireşti ( B ) | 3 | Bujor ( B ) |

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

Repartizarea pe grupe de participare la proba baschet, licee fete şi băieţi ).

|  |
| --- |
| ,,M.Sadoveanu’’ |
| ,,M.Eminescu’’ |
| **,,D.Cantemir’’ ( B )** |
| **( ,,Şt.Holban’’ )** |
| **Universum** |

Echipele vor juca finala la fete şi băieţi, iar 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.

 **Ştafeta nr.2 – „CENUŞĂREASA”**

Până la semnalul de start fetele se descalţă de o gheată, pe care le amplasează sub un scaun în coş aflându-se la distanţa de 10-15m de la linia de start. La semnalul arbitrului de start, 2 băieţi, ce ţin o fată pe mâini ( metoda – „SCAUN”), merge, aleargă până la scaun ca fata să poată să se urce pe el. Găsând gheata fetei, băieţii o încalţă şi , tot aşa, revin la start. Băieţii se schimbă şi repetă exerciţiul cu următoarele fete, încălţindu-le pe toate. În timpul deplasărilor al treilea participant (băiat) va asigura fata din spate.

Puncte de pedeapsă:dacă nu este asigurat; pornirea fără a fi încălţată.

**Ştafeta nr.3 – „PE TREI PICIOARE”**

Echipa se aranjează în 2 coloane după linia de start.

La unul din prima pereche este o coardă de sărit. La semnalul arbitrului de start, prima pereche îşi leagă câte un picior unul de altul, se deplasează spre popice, o încojoară şi revin. Dezlegându-se, transmit coarda următoarei perechi care trebuie să repete sarcina, etc.

Se interzice săriturile. Coarda trebuie să fie legată. În cazul când coarda se va dezlega, perechea va trebui să se oprească deplasarea şi să se lege cu coarda din nou, numai după aceasta va continua deplasarea.

Puncte de pedeapsă: săriturile; deplasare fără coardă;nu ocolesc obstacolul.

**Ştafeta nr.4 - „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.5 - „OMARUL”**

Aranjarea echipei: la prima linie de start – 5 participanţi, la a doua linie de start – ceilanţi 5 coiechipieri. Liniile de start sunt paralele şi se găsesc la 10-15m depărtare una de alta.

Primul participant va primi poziţia în sprijin culcat, iar corpul se va sprijini pe 4 mingi de baschet ( picioarele nu trebuie să se atingă de podea !!! ).

La semnalul arbitrului de start, primul participant se va deplasa cu ajutorul mâinilor pe mingele de baschet sau pe podea, care sunt schimbate permanent de către ceilalţi 4 coiechipieri.

La trecerea totală a linei de start nr.2 de către primul participant, mingile sunt transmise celorlanţi 5 coiechipieri, care îndeplinesc exerciţiul în direcţia opusă. Învinge echipa care mai repede a finişat proba.

Puncte de pedeapsă: atingerea picioarelor de podea.

**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 |
| 1 | Mingir | 1 | ( ,,S.Anisie’’) | 1 | Boghiceni | 1 | ,,C.Tănase’’ |
| 2 | ( ,,Şt.Holban’’ ) | 2 | Bălceana | 2 | Cotul Morii | 2 | Logăneşti |
| 3 | Voinescu | 3 | Mereşeni | 3 | ,,S.Andreev’’ | 3 | ( ,,M.Sadoveanu’’ ) |
| 4 | Bozieni | 4 | ,,A.Bunduchi’’ | 4 | ,,M.Eminescu’’ | 4 | ,,A.Donici’’ |
| 5 | Obileni | 5 | Topor (Cărpineni) | 5 | (Dancu) | 5 | Fundul Galbenei |

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.2007-2008**

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 |
| 1 | (Mingir)  | 1 | ( ,,Universum’’ )  | 1 | ( ,,A.Donici’’ ) |
| 2 | ,,D.Creţu’’ | 2 | Obileni  | 2 | Logîneşti |
| 3 |  | 3 | Voinescu  | 3 | Bălceana  |

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