



im. prof. Marka Jasińskiego

**III Rodzinny Rajd Terenowy  
Uczniów, Rodziców i pracowników OSM  
Oraz Festyn Sportowo- Rekreacyjny**

**WIWAT SPORT!  
WIWAT RUCH!  
W ZDROWYM CIELE– ZDROWY DUCH!**



**Szczecin 25 maja 2019 r**

## **Cele Rajdu**

- uczczenie 100-lecia powstania PKOl w niepodległej Polsce,
- poznanie piękna przyrody Puszczy Wkrzańskiej,
- rekreacja, wypoczynek i krajoznawstwo,
- edukacja ekologiczna na łonie przyrody
- rywalizacja poprzez sport i konkursy sprawnościowe
- realizacja hasła „Turystyka łączy pokolenia”,
- rodzinne, zdrowe spędzenie wolnego czasu.

Podczas festynu na Polanie Sportowej będziemy mogli wziąć udział w wielu konkursach, obejrzeć pokaz tresury psów policyjnych, oraz nauczyć się zasad udzielania pierwszej pomocy dzięki ratowniczej drużynie harcerskiej. Nad całością czuwać i pomagać będą członkowie koła PTTK „GRYFICI”.

## **Sponsor Rajdu**

Rajd został dofinansowany ze środków Urzędu Miasta Szczecin w ramach Konkursu „Aktywny Szczecin 2019”



## **Patronat**

Rajd został objęty honorowym patronatem przez Prezesa Zarządu Morskich Portów Szczecina i Świnoujścia, który ufundował puchar dla zwycięskiej klasy.



## **Organizatorzy Rajdu**

- Rada Rodziców OSM I stopnia w Szczecinie
- Dyrekcja OSM I stopnia w Szczecinie
- Stowarzyszenie „Przyjaciele OSM I st.”

## **Współorganizatorzy Rajdu oraz zaprzyjaźnione instytucje**

- Koło PTTK nr 39 „GRYFICI” przy Placówce SG w Szczecinie
- Wydział Prewencji Komendy Miejskiej Policji w Szczecinie
- Kids & Active
- Drużyna Harcerska



## **Komitet organizacyjny**

- Komandor Rajdu – Henryk Talwik – Członek Rady Rodziców OSM (nr. telefonu 602-646-854 , email: [henryk@talwik.com](mailto:henryk@talwik.com))
- Wicekomandor Rajdu- Katarzyna Piaskowska- Promocja Szkoły
- Sędzia Główny Rajdu - Joanna Fenrych – Smolińska– Wicedyrektor OSM
- Konferansjer - Przemysław Bielec- nauczyciel gry na gitarze OSM
- Kwatermistrz Rajdu– Mariusz Szpakowski– Kierownik administracyjny OSM

## **Warunki uczestnictwa:**

W rajdzie uczestniczą zespoły-klassy składające się z uczniów OSM wraz z rodzicami, pod opieką co najmniej jednej osoby dorosłej (tj. nauczyciela, rodzica lub opiekuna). Uczestnicy rajdu powinni posiadać odpowiednie obuwie i wyposażenie turystyczne niezbędne dla pory roku (wygodne obuwie i na wszelki wypadek płaszcz przeciwdeszczowy), jeden (na klasę) aparat fotograficzny lub telefon z aparatem. Osoby zainteresowane uczestnictwem na trasie rowerowej – sprawny rower (szczegóły poniżej).

## **Świadczenia dla uczniów:**

Każdy uczeń biorący udział w rajdzie otrzyma na starcie pamiątkową bransoletkę. Na mecie przewidziana jest kiełbaska z grilla lub do upieczenia na przygotowanym ognisku, pieczywo, soki, woda oraz świeże owoce. Kije do kiełbasek należy przygotować we własnym zakresie (polecamy zabranie jednego noża na klasę).

## **Termin i trasy Rajdu**

Rajd odbędzie się 25 maja 2019 (sobota) bez względu na warunki atmosferyczne (odrabiamy dzień wolny 2 maja 2019)

Trasy rajdu przebiegać będą znakowanymi szlakami pieszymi Puszczy Wkrzańskiej w okolicach Jeziora Głębokie. Dodatkowo przewidziana jest jedna trasa rowerowa.

## **Miejsce spotkania uczestników- 25/05/2019 - godzina 10:00.**

W związku z dużym ruchem panującym w miejscu spotkania (Pętla Głębokie - końcowy przystanek tramwaju nr 1), wspólna zbiórka wszystkich klas zaplanowana została na godzinę 10:00 przy **Edukacyjnej Pracowni Przyrodniczej "Na Głębokim" ul. Miodowa 1.**

Do pracowni prowadzi wchodząca w las droga z polbruku, która znajduje się vis a vis restauracji Virga (tuż za pętlą tramwajową). Zarówno dojscie jak i miejsce zbiórki oznaczymy odpowiednimi znakami.

Zaplanowano 3 trasy rekreacyjne dla poszczególnych grup:

1/ TRASA „MAŁE ŁAZIKI” - Dla klas: 1a, 1b, 1c, 2a, 2b, 2c, 3a, 3b, 3c

2/ TRASA „LEŚNE SZWĘDACZKI” - Dla klas: 4a, 4b, 4c, 4d, 5a, 5b, 5c

3/ TRASA „DZIELNI PIECHURZY” - Dla klas: 6a, 6b, 6c, 7a, 7b, 8a, 8b

Na starcie proszę odszukać Kierownika Startu dla danej trasy oznaczonego odpowiednią nazwą trasy. Każda klasa otrzyma na starcie kopertę z wyznaczoną trasą, godziną startu, pamiątkową bransoletką, którą prosimy założyć każdemu uczestnikowi w celu identyfikacji na trasie. Klasy będą wypuszczane na trasy w odstępach co 5 minut.

Miejsce zakończenia WSZYSTKICH tras znajdować się będzie na POLANIE SPORTOWEJ przy Jeziorze Głębokie. W przypadku zagubienia trasy prosimy o przybycie na Polanę Sportową znajdującą się z tyłu za leśniczówką przy Ul. Miodowej- nie później niż o godzinie 12<sup>00</sup>, kiedy to rozpocznie się festyn połączony z konkursami.

Po przybyciu na Polanę Sportową klasy zgłaszają się na miejsce oznaczone napisem META, gdzie weryfikowany jest konkurs na największą frekwencję. Wychowawca dodaje także osoby z danej klasy, które pojechały trasą rowerową.

Następnie klasa udaje się do wyznaczonego miejsca, którym jest krąg ogniskowy „grzybek”. Na polanie są trzy grzybki, każdy będzie oznaczony odpowiednio: „Klasy 1-3”, „Klasy 4-5”, „Klasy 6-7-8”.

Przy każdym grzybku dyżuruwać będzie jeden z pracowników szkoły, który w razie potrzeby pomoże w orientacji podczas festynu i odpowie na pytania dotyczące organizacji m.in. posiłku lub konkursów.

### **Trasa rowerowa – DLA UCZNIÓW KLAS 4-8**

Zaplanowano jedną trasę rowerową dla tych osób, które zdecydują się na taką formę rekreacji. Trasa jest wspólna dla wszystkich chętnych ze wszystkich klas. Liczy ok 20 km i wiedzie ścieżkami rowerowymi oraz drogami leśnymi. Proponowana jest dla osób, które są w stanie pokonać taką trasę w tempie rekreacyjnej jazdy całego peletonu. Mile widziane uczestnictwo rodziców razem z dziećmi.

Osoby chcące wziąć udział na trasie rowerowej zobowiązane są do stawienia się na zbiórce swojej klasy a następnie- po zgłoszeniu tego faktu wychowawcy- dołączają do grupy rowerowej oznaczonej „TRASA ROWEROWA”. Należy odszukać kierownika trasy rowerowej (będzie tak jak inni kierownicy tras wyraźnie oznaczony) i wpisać się na listę rowerową. Od tej chwili, uczestnicy podlegają opiekunom trasy rowerowej i wypełniają skrupulatnie ich polecenia. Trasa rowerowa kończy się tak jak wszystkie pozostałe trasy- na Polanie Sportowej.

**UWAGA: Osoby biorące udział na trasie rowerowej oprócz sprawnego roweru obowiązkowo powinny posiadać KASK ROWEROWY. Otrzymają także na starcie szkolną KAMIZELKĘ OSTRZEGAWCZĄ**

## **ZASADY KONKURSU RAJDOWEGO O PUCHAR PREZESA ZPSZŚ:**

Każda klasa ma prawo wziąć udział w każdym przygotowanym konkursie, za który może otrzymać określoną regulaminem ilość punktów. Klasa, która zdobędzie łącznie największą ilość punktów zostaje zwycięzcą rajdu, otrzymuje nagrodę główną oraz puchar. Puchar jest pucharem przechodnim, to znaczy pozostaje on w klasie do przyszłorocznego rajdu.

### **Konkursy oraz punktacja:**

#### **1/ Konkurs „Za frekwencję” na mecie rajdu.**

Sędzia- Joanna Fenrych- Smolińska – Wicedyrektor OSM

Na mecie opiekun klasy przedstawia sędziemu ilu uczniów wzięło udział w rajdzie (razem z osobami, które pojechały trasą rowerową).

Za konkurs klasa może otrzymać:

30 pkt- frekwencja 90%-100%

20 pkt- frekwencja 60%- 90%

10 pkt- frekwencja 30%- 60%

0 pkt- frekwencja poniżej 30%

#### **2/ Konkurs „Wiedzy Sportowej” podczas festynu na polanie**

Sędzia- dr Artur Ochał mjr SG

Podczas festynu zostanie ogłoszony konkurs, w którym mogą wziąć udział przedstawiciele każdej klasy w ilości 1-3 uczniów. Konkurs polega na rozwiązaniu quizu (10 pytań) z zakresu wiedzy o sporcie, dyscyplinach sportowych i znanych sportowcach. Pytania quizu będą przygotowane osobno dla każdej grupy wiekowej (1-3; 4-5; 6-8).

Za konkurs klasa może otrzymać:

30 pkt- za 9-10 poprawnych odpowiedzi

25 pkt- za 7-8 poprawnych odpowiedzi

20 pkt- za 5-6 poprawnych odpowiedzi

15 pkt- za 3-4 poprawne odpowiedzi

10 pkt- za 2 poprawne odpowiedzi

5 pkt- za 1 poprawną odpowiedź

### **3/ Konkurs plastyczny podczas festynu na polanie: „Sport to zdrowie”**

Sędzia- Danuta Ostrowska- Kierownik świetlicy OSM wraz z zespołem

Podczas festynu zostanie ogłoszony konkurs, w którym mogą wziąć udział przedstawiciele każdej klasy w ilości 1-3 uczniów. Konkurs polega na stworzeniu plakatu, który promuje zdrowy i sportowy styl życia, może również ukazać piękno sportu, turystyki lub pokazać emocje związane z wydarzeniem sportowym. Materiały (papier, kredki, farby- dostaniecie na miejscu).

Za konkurs klasa może otrzymać:

30 pkt- za zajęcie I miejsca w konkursie

25 pkt- za zajęcie II miejsca w konkursie

15 pkt- za zajęcie III miejsca w konkursie

10 pkt- za zajęcie IV miejsca w konkursie

5 pkt- za zajęcie V miejsca w konkursie

### **4/ Konkurs sportowy podczas festynu na polanie:**

Sędzia- Katarzyna Nowińska- Zalewska- nauczyciel WF OSM

Bieg sprawnościowy na czas. Klasy wystawiają po 3 osoby jako reprezentację, która bierze udział w zawodach.

Za konkurs klasa może otrzymać:

30 pkt- za zajęcie I miejsca w konkursie

25 pkt- za zajęcie II miejsca w konkursie

15 pkt- za zajęcie III miejsca w konkursie

10 pkt- za zajęcie IV miejsca w konkursie

5 pkt- za zajęcie V miejsca w konkursie

### **5/ Konkurs sportowy podczas festynu na polanie:**

Sędzia- Brygida Pomianowska- nauczyciel WF OSM

Bieg w workach na czas. Klasy wystawiają po 3 osoby jako reprezentację, która bierze udział w zawodach.

Za konkurs klasa może otrzymać:

30 pkt- za zajęcie I miejsca w konkursie

25 pkt- za zajęcie II miejsca w konkursie

15 pkt- za zajęcie III miejsca w konkursie

10 pkt- za zajęcie IV miejsca w konkursie

5 pkt- za zajęcie V miejsca w konkursie

## **6/ Konkurs „Strzelania z Łuku” podczas festynu na polanie:**

Sędzia- Dorota Bartczak- nauczyciel j. angielskiego OSM

Konkurs strzelania z łuku do tarczy. Klasy wystawiają po 2 osoby jako reprezentację, która bierze udział w zawodach. Punktowane są celne trafienia do tarczy.

Za konkurs klasa może otrzymać:

30 pkt- za zajęcie I miejsca w konkursie

25 pkt- za zajęcie II miejsca w konkursie

15 pkt- za zajęcie III miejsca w konkursie

10 pkt- za zajęcie IV miejsca w konkursie

5 pkt- za zajęcie V miejsca w konkursie

## **7/ Konkurs muzyczny „Przyśpiewki Sportowe” podczas festynu na polanie:**

Sędzia- Agnieszka Kawęcka- Wicedyrektor ds. muzycznych OSM

Konkurs polega na zaprezentowaniu przez dowolną liczbę przedstawicieli klasy, wcześniej przygotowanej przyśpiewki, rymowanki lub okrzyku sportowego. Można przygotować podkład muzyczny, używać dowolnych instrumentów muzycznych lub akustycznych. Punktowane będą ogólne wrażenia artystyczne oraz pomysłowość i perfekcja wykonania.

Za konkurs klasa może otrzymać:

30 pkt- za zajęcie I miejsca w konkursie

25 pkt- za zajęcie II miejsca w konkursie

15 pkt- za zajęcie III miejsca w konkursie

10 pkt- za zajęcie IV miejsca w konkursie

5 pkt- za zajęcie V miejsca w konkursie

## **8/ Konkurs fotograficzny „Fotorelacja z Rajdu”**

Konkurs zostanie rozstrzygnięty po zakończeniu rajdu przed końcem roku szkolnego. Tematem konkursu jest przygotowanie fotorelacji, która na maksymalnie 12 zdjęciach przedstawi co najciekawszego wydarzyło się podczas rajdu oraz festynu. Prace należy dostarczać w formie wydrukowanej lub na nośniku (CD lub Pendrive) w zamkniętej i opisanej kopercie do sekretariatu szkoły do dnia 7 czerwca 2019.

Najlepsze prace zostaną opublikowane na korytarzu oraz stronie szkoły a za zwycięską pracę klasa otrzyma nagrodę niespodziankę.

„Słynęliśmy kiedyś z rycerstwa, siły, odwagi.  
Dziś, żyjąc w odmiennych warunkach,  
Winniśmy na sportowych gruntach  
Pielęgnować i rozwijać powyższe cechy”.

## HENRYK SIENKIEWICZ



100 lat temu- 12 października 1919 roku w Krakowie,  
powołany został Komitet Organizacyjny pod nazwą  
Komitet Udziału Polski w Igrzyskach Olimpijskich  
(od grudnia 1919 r.)- Polski Komitet Igrzysk Olimpijskich,  
a od 1925 roku- Polski Komitet Olimpijski.

**Tej rocznicy poświęcony jest nasz tegoroczny szkolny rajd.**