



MUZEUM
IM. KAZIMIERZA
PUŁASKIEGO
W WARCE



Wytyczne dotyczące przeprowadzenia II etapu VI edycji konkursu DWA OBLICZA PUŁASKIEGO w dn. 15 czerwca 2021 r.

Etap II - Test sprawności fizycznej

§ 1

1. Test sprawności fizycznej zawiera elementy sprawdzające siłę, szybkość i wytrzymałość.

Obejmuje następujące konkurencje:

- a) dla chłopców: bieg na 600 m, pływanie na 50 m stylem dowolnym;
- b) dla dziewcząt: bieg na 600 m, pływanie na 50 m stylem dowolnym;

2. Normy sprawności fizycznej przedstawiono w Regulaminie konkursu (Rozdz. V Przebieg konkursu, pkt. 3. Etap II, pkt. 2).

3. O ogólnej liczbie punktów kwalifikacyjnych z testu sprawnościowego decyduje suma punktów przyznanych w poszczególnych konkurencjach, stwierdzona protokolarnie.

§ 2

1. Do drugiego etapu, testu sprawności fizycznej, VI edycji konkursu historyczno-marynistycznego pn. *Dwa oblicza Pułaskiego* zakwalifikowano 54 osoby (spis osób zawiera tabela A), które w I etapie (teście wiedzy) uzyskały największą ilość punktów.



MUZEUM
IM. KAZIMIERZA
PUŁASKIEGO
W WARCE



Tabela „A”
zakwalifikowani do II etapu VI edycji konkursu DWA OBLICZA PUŁASKIEGO

lp.	imię	nazwisko	liczba punktów po I etapie
1	Jakub	Winnicki	50
2	Patryk	Wekwejt	46
3	Kamila	Chodór	45
4	Mateusz	Amanowicz	44
5	Łukasz	Manarczyk	43
6	Magda	Kowalska	42
7	Konrad	Jóźwicki	40
8	Rafał	Kopeć	38
9	Mateusz	Pęza	38
10	Jagoda	Pliszka	38
11	Piotr	Kurczyński	37
12	Jakub	Lebioda	36
13	Katarzyna	Potyralaska	36
14	Filip	Kępka	35
15	Mateusz	Wasilewski	35
16	Wiktoria	Dutkowska	34
17	Grzegorz	Florczak	34
18	Julia	Goszczyńska	34
19	Konrad	Natorski	34
20	Igor	Opałka	34
21	Mikołaj	Dąbrowski	33
22	Kacper	Hyliński	33
23	Bartosz	Jaraszek	33
24	Nela	Wawryniuk	33
25	Natalia	Charaton	32
26	Oliwia	Dłuska	32
27	Maksymilian	Murawski	32
28	Urszula	Koziół	31
29	Julian	Sasin	31
30	Michał	Goguła	30
31	Maciej	Kawecki	30
32	Michał	Radzki	30



MUZEUM
IM. KAZIMIERZA
PUŁASKIEGO
W WARCE



33	Natalia	Szczepańska	30
34	Kamila	Łoś	29
35	Weronika	Łuszczuk	29
36	Angelika	Piliszek	29
37	Mateusz	Sosiński	29
38	Oliwia	Wacławska	29
39	Kamil	Czarnecki	28
40	Dominik	Padamczyk	28
41	Damian	Talkowski	28
42	Kamil	Olczyk	27
43	Manuel	Piłat	27
44	Dominik	Podworski	27
45	Jakub	Radzki	27
46	Daniel	Szczęsny	27
47	Julia	Woźnica	27
48	Mikołaj	Bortkowski	27
49	Maciej	Kacprzak	25
50	Mateusz	Kuśmierski	25
51	Radosław	Łukasiewicz	25
52	Wiktoria	Szczęsna	25
53	Tomasz	Wilczak	25
54	Mateusz	Zagrodzki	25

2. **Test sprawności fizycznej zostanie przeprowadzony w Warce, 15 czerwca 2021.** O godz. 10.00 wszyscy uczestnicy gromadzą się przy **„Kompleksie Lekkoatletycznym” na Stadionie Miejskim przy ul. Nowy Zjazd 8 w Warce 05-660** , gdzie nastąpi rejestracja i identyfikacja uczestników. Test sprawności fizycznej odbędzie się w „Kompleksie Lekkoatletycznym” na Stadionie Miejskim przy ul. Mostowej w Warce (bieg) oraz krytej pływalni „**OLIMPIC**” w Warce ul. Warszawska 45 (pływanie). Szczegółowy porządek II etapu został opisany w niniejszym dokumencie (§ 4).

3. Każdy z zakwalifikowanych do II etapu uczestników zostanie poddany identyfikacji. W tym celu, w dniu przeprowadzenia II etapu konkursu, winien okazać Organizatorom ważną legitymację szkolną lub inny ważny dokument tożsamości ze zdjęciem. **W przypadku braku**



MUZEUM
IM. KAZIMIERZA
PUŁASKIEGO
W WARCE



jakiegokolwiek z wyżej wymienionych dokumentów będzie to skutkowało niedopuszczeniem do testu sprawności fizycznej.

4. Uczestnicy pozytywnie zidentyfikowani zobowiązani są do przekazania Organizatorowi aktualnego zaświadczenia stwierdzającego brak przeciwwskazań do uczestniczenia w konkurencjach biegowych i pływackich, którego ważność nie może przekraczać 14 dni - liczone do chwili rozegrania testu sprawności fizycznej, czyli 15 czerwca 2021. **Brak wyżej wymienionego lub nieważnego dokumentu będzie skutkowało niedopuszczeniem do udziału w teście sprawności fizycznej.** Wzór zaświadczenia zawiera:

- załącznik nr 1 do niniejszego dokumentu (oświadczenie podpisywane przez rodzica lub opiekuna prawnego uczestnika niepełnoletniego)
- załącznik nr 2 do niniejszego dokumentu (oświadczenie podpisywane przez uczestnika pełnoletniego)

Zaświadczenie może być również wystawione przez lekarza. Powinno zawierać podpis lekarza, pieczęć i datę oraz stosowną treść zezwalającą na dopuszczenie do udziału w konkurencjach biegowych i pływackich.

§ 3

1. W związku z usprawnieniem organizacji II etapu konkursu, każdemu z uczestników testu sprawnościowego przyporządkowany zostanie numer startowy odpowiadający numerowi-liczbie porządkowej (l.p.) określone w tabeli A zawartej w § 2 niniejszego dokumentu.

2. Numery startowe od 1 do 54 są wypadkową wyniku uzyskanego przez uczestnika konkursu w I etapie, a w przypadku miejsc ex aequo wpływ na ich określenie i przypisanie miała kolejność alfabetyczna. Zatem osoba, która uzyskała największą ilość punktów w I etapie przystąpi do II etapu z numerem startowym „1”, kolejna z numerem „2”, itd.



MUZEUM
IM. KAZIMIERZA
PUŁASKIEGO
W WARCE



3. Każdy z uczestników otrzyma, od Organizatora, czytelny numer startowy (naklejkę), który będzie musiał umieścić w wyznaczonym przez Organizatora miejscu.

4. Ze względów organizacyjnych, uczestnicy testu sprawności fizycznej zostaną podzieleni na serie startowe. Ponadto zostanie wprowadzony podział główny - oddzielne starty serii dziewcząt i chłopców.

1. Bieg na dystansie 600 m - dziewczęta

- a) I seria - numery startowe: **3; 6; 10; 13; 16; 18**
- b) II seria - numery startowe: **24; 25; 26; 28; 33; 34**
- c) III seria - numery startowe: **35; 36; 38; 47; 52**

2. Bieg na dystansie 600 m - chłopcy

- a) I seria - numery startowe **1; 2; 4; 5; 7; 8**
- b) II seria - numery startowe **9; 11; 12; 14; 15; 17**
- c) III seria - numery startowe **19; 20; 21; 22; 23; 27**
- d) IV seria - numery startowe **29; 30; 31; 32; 37; 39**
- e) V seria - numery startowe **40; 41; 42; 43; 44; 45**
- f) VI seria - numery startowe **46; 48; 49; 50; 51; 53; 54**

3. Pływanie na dystansie 50 m (dwie długości basenu) - dziewczęta

- a) I seria - numery startowe: **3; 6; 10; 13; 16; 18**
- b) II seria - numery startowe: **24; 25; 26; 28; 33; 34**
- c) III seria - numery startowe: **35; 36; 38; 47; 52**



MUZEUM
IM. KAZIMIERZA
PUŁASKIEGO
W WARCE



4. Pływanie na dystansie 50 m (dwie długości basenu) - chłopcy

- a) I seria - numery startowe **1; 2; 4; 5; 7**
- b) II seria - numery startowe **8; 9; 11; 12; 14**
- c) III seria - numery startowe **15; 17; 19; 20; 21**
- d) IV seria - numery startowe 22; 23; 27; 29; 30**
- e) V seria - numery startowe **31; 32; 37; 39; 40**
- f) VI seria - numery startowe **41; 42; 43; 44; 45; 46**
- g) VII seria - numery startowe **48; 49; 50; 51; 53; 54**

§ 4

Porządek organizacyjny II etapu konkursu:

a) *Kompleks Lekkoatletyczny przy ul. Nowy Zjazd 8 :*

- 10^{00} - 10^{30} - weryfikacja uczestników
- 10^{35} - 11^{05} – szatnia, rozgrzewka przed zawodami.

b) *Kompleks Lekkoatletyczny przy ul. Nowy Zjazd 8 :*

- 11^{10} start **I** serii biegu dziewczęta
- Po skończonej serii ustawia się następna seria
- start **II** serii biegu dziewczęta
- start **III** serii biegu dziewczęta
- start **I** serii biegu chłopcy
- start **II** serii biegu chłopcy
- start **III** serii biegu chłopcy
- start **IV** serii biegu chłopcy
- start **V** serii biegu chłopcy



MUZEUM
IM. KAZIMIERZA
PUŁASKIEGO
W WARCE



- start **VI** serii biegu chłopców
- przejazd uczestników na pływalnię „OLIMPIC” (Organizator nie zapewnia transportu zbiorowego, uczestnicy konkursu sami muszą dotrzeć na pływalnię Olympic w Warce).

c) Kryta pływalnia „OLIMPIC” (przy ul. Polnej w Warce):

13.00- 13³⁰ – przygotowanie, rozgrzewka

- 13³⁵ I seria pływanie- dziewczęta
- start II seria pływanie- dziewczęta
- start III seria pływanie- dziewczęta
- start I seria pływanie- chłopcy
- start II seria pływanie- chłopcy
- start III seria pływanie- chłopcy
- start IV seria pływanie- chłopcy
- start V seria pływanie- chłopcy
- start VI seria pływanie- chłopcy

d) Zakończenie i ogłoszenie wyników. Ok. godzina 14.30 w hali sportowej budynku Cesir Warka ul. Warszawska 45.

UWAGA:

W czasie biegu dopuszcza się używania jedynie odzieży/sprzętu sportowego/startowego zgodnego z wytycznymi Polskiego Związku Lekkiej Atletyki oraz Polskiego Związku Pływackiego.

- Przy startach biegowych dopuszczalne jest korzystanie z kolców biegowych przeznaczonych do bieżni tartanowej.



MUZEUM
IM. KAZIMIERZA
PUŁASKIEGO
W WARCE



- Prosimy by, uczestnicy konkursu oprócz strojów pływackich (strojów kąpielowych, okularów, czepka) dysponowali na basenie własnymi klapkami oraz ręcznikami.
- **Ze względów organizacyjnych prosimy o potwierdzenie udziału osób zakwalifikowanych do II etapu konkursu do dnia 11 czerwca 2021 r. drogą elektroniczną na adres e-mail: edukacja@muzeumpulaski.pl**
- uczestnicy konkursu oraz osoby im towarzyszące winny się stosować do stosowanych w Polsce norm sanitarnych
- **do II etapu konkursu mogą przystąpić osoby które w chwili rozgrywania ww. etapu nie są już uczniami szkoły średniej, ale uprzednio zostały do niego zakwalifikowane.**
- w przypadku pytań lub wątpliwości prosimy o kontakt z Muzeum im. K. Pułaskiego w Warce.

§ 5

1. Wszystkich uczestników zakwalifikowanych do II etapu VI edycji konkursu historyczno-marynistycznego *Dwa oblicza Pułaskiego* obowiązują wytyczne zawarte w niniejszym dokumencie.
2. II etap konkursu odbędzie się niezależnie od warunków atmosferycznych. O ewentualnym odwołaniu lub przesunięciu terminu realizacji II etapu decydują jedynie Organizatorzy konkursu DWA OBLICZA PUŁASKIEGO.
3. Podczas rozgrywania II etapu konkursu będzie zapewniona opieka lekarza/ratownika medycznego.
4. W sprawach nie objętych Wytycznymi oraz o wszystkich wątpliwościach dotyczących przeprowadzenia konkursu rozstrzygają Organizatorzy.

W imieniu Organizatorów

DYREKTOR

mgr Iwona Stefaniak



MUZEUM
IM. KAZIMIERZA
PUŁASKIEGO
W WARCE



Załącznik nr 1
(dot. niepełnoletniego uczestnika konkursu)

.....
(miejsowość, data)

OŚWIADCZENIE

stwierdzające brak przeciwwskazań do udziału w konkurencjach biegowych i pływackich w II etapie konkursu DWA OBLICZA PUŁASKIEGO

Oświadczam, że mój syn/córka*
(imię i nazwisko)

urodzony/aw
(data urodzenia) (miejsowość)

zamieszkały/a
(adres)

Jest zdolny/a do udziału w teście sprawności fizycznej (tj. biegu na 600 m na czas, pływaniu na dystansie 50 m na czas), stanowiącym II etap VI edycji Konkursu DWA OBLICZA PUŁASKIEGO. Jej/jego* stan zdrowia jest mi znany. Jednocześnie oświadczam, że syn/córka* nie ma przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w zawodach sportowych.

Oświadczenie wydaje się w celu przedłożenia Organizatorom ww. konkursu, na potrzeby jego przeprowadzenia.

.....
(czytelny podpis rodzica lub opiekuna prawnego)

* Niepotrzebne skreślić



MUZEUM
IM. KAZIMIERZA
PUŁASKIEGO
W WARCE



Załącznik nr 2
(dot. pełnoletniego uczestnika konkursu)

.....
(miejsowość, data)

OŚWIADCZENIE

stwierdzające brak przeciwwskazań do udziału w konkurencjach biegowych i pływackich w II etapie konkursu DWA OBLICZA PUŁASKIEGO

Ja,
(imię i nazwisko)

urodzony/aW
(data urodzenia) (miejsowość)

zamieszkały/a
(adres)

Oświadczam, że jestem zdolny/a do udziału w teście sprawności fizycznej (tj. biegu na 600 m na czas, pływaniu na dystansie 50 m na czas), stanowiącym II etap VI edycji Konkursu DWA OBLICZA PUŁASKIEGO. Mój stan zdrowia jest mi znany. Jednocześnie oświadczam, że nie mam przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w zawodach sportowych.

Oświadczenie wydaje się w celu przedłożenia Organizatorom ww. konkursu, na potrzeby jego przeprowadzenia.

.....
(czytelny podpis)