

Regulament de desfășurare a competițiilor dedicate Zilei Academiei Navale “Mircea cel Bătrân” 13-15 noiembrie 2023

1. Participanți:

La competiție, pot participa studenți militari și civili, în următoarele condiții

- ✓ Volei – 6-10 jucători / echipă
- ✓ Fotbal – 6-10 jucători / echipă
- ✓ Jocuri marinărești – 11 membri / echipă

Pentru volei și fotbal, fiecare an de studii poate fi reprezentat de o echipă. În situația în care sunt mai multe echipe, înainte de perioada destinată competițiilor oficiale, fiecare companie (an de studii) își va desemna până la data de 13.11, echipa reprezentativă, prin meciuri organizate de instructorii sportivi, în timpul alocat activităților sportive de masă.

Pentru jocuri marinărești este obligatorie participarea cu cel puțin o echipă reprezentativă pentru fiecare companie (an de studii).

2. Loc de desfășurare:

- ✓ Volei – sală ANMB (prof. Croitoru Horia - horia.croitoru@anmb.ro)
- ✓ Fotbal – terenuri în aer liber (prof. Ene Voiculescu Virgil - virgil.ene@anmb.ro)
- ✓ Jocuri marinărești – teren de nisip (col. Olaru Cristinel - cristinel.olaru@anmb.ro)

3. Noțiuni de regulament:

- ✓ **Fotbal** – conform regulamentului oficial al jocului de fotbal de sală.
- ✓ **Volei** – conform regulamentului de volei
- ✓ **Trasul la parâmă** –

Fiecare echipă va fi formată din 11 studenți. Parâma este împărțită în mod egal, mijlocul fiind marcat de o bucată de saulă fixată pe parâmă. Alte două saule vor marca zona de prindere a parâmei. Câte o echipă se va afla la fiecare capăt al parâmei, acestea fiind orientate față în față. Pe sol, va fi trasată o linie care va coincide cu marcajul care delimitează jumătatea parâmei. Întrecerea se termină când una din echipe va călca linia de mijloc, câștigătoare fiind echipa care reușește să rămână în terenul său. Clasamentul pentru concursul de parâmă va fi realizat în funcție de următoarele criterii în ordinea enumerării lor: numărul de victorii, victoria directă, timpul în care s-a obținut victoria.

- ✓ **Jocuri marinărești sub formă de ștafetă:**

Fiecare echipă va fi formată din 11 studenți, iar traseul va fi format din 11 stații, în ordinea indicată mai jos. Întrecerea se va realiza sub formă de ștafetă, fiecare stație din traseu fiind îndeplinită de câte un singur membru al echipei, mai puțin ultimele 3, la care va participa întreaga echipă.

1. Alergare cu colacul de salvare în mână și amplasarea acestuia pe punctul marcat. Se desface cu cheia piulița înfiletată pe șurub și se pune pe masă. Se predă ștafeta după alergare înapoi.
2. Aruncarea bandulei la punct fix, (în interiorul colacului de salvare) deplasarea până la colac pentru cei care au nimerit colacul, recuperarea bandulei și întoarcerea la echipă pentru predarea ștafetei. Deplasarea la punctul în care a aterizat bandula, pentru cei care nu au nimerit colacul, recuperarea acesteia și întoarcerea la echipă, pentru predarea ștafetei.
3. Alergare cu oul în lingură până la punctul marcat și întoarcere tot în alergare cu oul în lingură pentru predarea ștafetei.
4. Intrarea în sac cu ambele picioare, deplasarea până la punctul indicat și înapoi prin sărituri pe ambele picioare.
5. Transport de greutate (accesorii ale bărcii cu rame), până la punctul indicat și înapoi
6. Transportul unui rănit pe targă (hamac). Rănitul revine pentru predarea ștafetei și înapoierea târgii (hamacului). Exercițiul se repetă cu toți membrii echipei (5 repetări).
7. Transportul unui butoi, prin rostogolire, din punctul A în punctul B și întoarcere în alergare de viteză pentru predarea ștafetei.
8. Probă în echipă: Înșirarea întregii echipe pe o suprafață egală cu cea a parâmei alocate și mișcarea acesteia în sus și jos, în vederea transportării unui ghiordel dintr-un colț al parâmei în celălalt.
9. Strângerea parâmei folosite și așezarea acesteia în formă de melc.
10. Probă în echipă: poziționarea tuturor membrilor echipei în coloană, între două marcaje. La cele două capete ale șirului, se vor afla două găleți. Un cu apă, celălalt goală. Echipajul trebuie să transporte apa, cu ajutorul unei căni, din găleata plină, în cea goală.
11. Probă în echipă: Transportul unei băncuțe, pe brațe, deasupra capului, prin schimbarea în permanență a conducătorului de șir. Ultimul devine primul. Distanța maximă dintre coechipieri trebuie să fie la lungimea unui braț.

Penalizări:

- Nu sunt respectate distanțele în coloana pentru transportul băncuței = +5 secunde/greșeală
- Atingerea cu mâna a găleții/ghiordelului cu intenția de a ajuta la transportul pe parâma = +5 sec. fiecare atingere
- Nerespectarea regulii de a se deplasa doar cu oul în lingură = +5 sec.
- Start furat sau schimb de ștafetă neregulamentară (atingerea partenerului care urmează, trebuie făcută când acesta se află înapoia liniei de start)
- Vărsarea apei = +5 secunde /cană

Departajarea echipelor la ștafetă se va face în funcție de timpul realizat pe traseu (timp cronometrat la care se adaugă penalizările). Cronometrul va porni la fluierul arbitrilor și se va opri când băncuța este așezată pe sol după ce depășește în totalitate linia de sosire.

Clasamentul pentru jocuri marinărești se va realiza prin însumarea punctajului realizat la cele două probe, conform tabelului de mai jos:

Proba	Punctaj locul 1	Punctaj locul 2	Punctaj locul 3	Punctaj locul 4	Punctaj locul 5	Punctaj locul 6
Tras la parâmă	8	6	5	4	3	2
Ștafeta	7	5	4	3	2	1

În caz de egalitate va câștiga echipa care a fost mai bine clasată la proba de ștafetă.

4. Arbitraj:

- ✓ Volei – prof. Croitoru Horia
- ✓ Fotbal – prof. Ene Voiculescu Virgil
- ✓ Jocuri marinărești – col. Olaru Cristinel

5. Premii:

Vor fi recompensate cu cupe, medalii și diplome, primele trei echipe desemnate în urma desfășurării jocurilor conform regulilor de la punctele anterioare.

Întocmit

Șef Curs Educație fizică militară

Col. dr. Cristinel OLARU