Сојузот на здруженија на пензионерите на Македонија

СЗПМ

П Р А В И Л Н И К

за спортски игри на пензионерите

(Пречистен текст)

СКОПЈЕ
2015

Врз основа на заклучокот донесен на седница на Собрание на Сојузот на здруженија на пензионерите на Македонија, одржана на 21.12.2015 година, Стручната служба на СЗПМ утврди Пречистен текст на Правилникот за спортски игри на пензионерите. Пречистениот текст на Правилникот за спортски игри на пензинерите ги опфаќа:

- Правилникот за спортски игри на пензионерите донесен од Собранието на СЗПМ на седница одржана на 29.02.2012 година,
- Правилникот за измени и дополнувања на Правилникот за спортски игри
- Правилникот за измени и дополнувања на Правилникот за спортски игри на пензионерите донесе на седницата на Собранието на СЗПМ одржана на 21.12.2015 година,

во кои е означено времето на нивното влегување во сила.

ПРАВИЛНИК

за спортски игри на пензионерите

(Пречистен текст)

ОПШТИ ОДРЕДБИ

Член 1

Со овој правилник се уредува организацијата, спроведувањето и следењетоо на спортските игри на пензионерите, организирани од Сојузот на здруженија на пензионерите на Македонија (во натамошниот текст: Сојузот) за унапредување, збогатување и проширување на интересот на пензионерите за практикување на разни активности за одржување на нивната психофизичка кондиција.

Со овој правилник се уредуваат правила и пропозиции за организирање, спроведување и следење на спортските игри во здруженијата, регионите и спортските игри на ниво на државата.

Член 2

Спортските игри на пензионерите имаат натпреварувачки карактер.

Спортските игри се организираат како регионални и завршни спортски натпревари на ниво на државата (државни спортски натпревари).

Член 3

Регионите за одржување на спортските игри ги определува Извршниот одбор на Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија (во натамошниот текст: Извршен одбор на

Сојузот), водејќи сметка за територијалниот принцип и регионалната застапеност на здруженијата.

Член 4

На спортските натпревари може да учествуваат само корисници на пензија на здруженија на пензионери членки на Сојузот.

Корисници на инвалидска пензија, корисници на семејна пензија, корисници на странска пензија и брачни другари на пензинерите кои уредно плаќаат членарина во здруженијата, можат да се натпрваруваат, но по наполнети 50 години возраст.

Член 5

Државните спортски игри, по правило, се одржуваат во еден ден и на едно место.

Државните спортски игри, по потреба, може да се одржуваат во два дела и на две места. Во првиот дел на отворено се одржуваат атлетските дисциплини трчање, фрлање ѓуле, скок од место и тегнење јаже, а во сала гаѓање со воздушна пушка, шах, пикадо и домино, табла, шутирање пенали на мали голчиња и слободни фрлања на кош.

ОРГАНИЗАЦИЈА И СОСТАВ

Член 6

За организација на пензионерски спортски игри организирани од Сојузот се грижат: Организационен одбор и Комисија за спорт и рекреација, формирани од Извршниот одбор на Сојузот како и претставници на здружението на пензионери - домаќин.

Организациониот одбор донесува план за организирање на спортските игри.

Член 7

Одлука за одржување на регионалните и на државните пензионерски спортски игри донесува Извршниот одбор на Сојузот, а за одржување на натпреварите во рамките на здруженијата одлука донесува Извршниот одбор на Здружението.

Местото и датумот за одржување на државните пензионерски спортски игри го определува Извршниот одбор на СЗПМ и за тоа ги известува здруженијата на пензионерите, а за регионалните игри решаваат здруженијата од регионот, во согласност со Организациониот одбор на СЗПМ.

НАЧИН НА РАБОТА

Член 8

Државните натпревари се одвиваат во сала (гаѓање со воздушна пушка, шах, пикадо, табла, домино, шутирање пенали на мали голчиња и слободни фрлања на кош), а на отворен простор (гаѓање со воздушна пушка, трчање, фрлање ѓуле, скок од место итегнење јаже и шутирање пенали на мали голчиња и слободни фрлања на кош).

Севкупниот победник на спортските игри се прогласува на крајот на спортските игри.

Член 9

Право на учество на Државните пензионерски спортски игри имаат екипи и поединци кои на регионалните пензионерски спортски игри освоиле први места.

Ако од било кои причини прво пласираниот натпреварувач од регионалните спортски игри не може да настапи на државните натпревари, во тој случај на државните игри право на настап има второпласираниот натпреварувач од регионалните спортски игри.

Во екипна конкуренција може да се изменат до најмногу еден натпреварувач.

Член 10

Државната комисија за спорт и рекреација од своите редови формира посебна комисија од три члена за решавање по приговори за објавените резултати во одредени спортски дисциплини.

Капитенот на екипа или поединец незадоволни од резултатот што неофицијално го соопштиле судиите, поднесува приговор во рок од 15 минути по објавувањето на резултатите.

Комисијата за решавање на приговори, истите ги решава во најкраток можен рок по приемот на приговорот, откако ќе прибере податоци од судиите и контролорот. При разгледување на приговорот инволвираните страни можат да присуствуват. Одлуката на Комисијата по приговорот е конечна.

Член 11

Сојузот организира и Регионални пензионерски спортски игри.

За спроведување на спортските игри од член 2 на овој правилник се формира Кординативно тело, составено од претседателите на комисиите за спорт и рекреација на здруженијата на пензионерите од регионот и членот на државната комисија за спорт од тој регион. Претсадател на Координативното тело се избира од редовите на здружението домаќин на регионалните натпревари.

Кординативното тело превема мерки за формирање на посебни комисии по спортски дисциплини за спроведување на натпреварите во координација и содејство со членот на

државната комисија за спорт и рекреација од тој регион, кој задолжително е член на комисијата за поплаки и жалби.

Трошоците (патни и дневни) за ангажирањето на членот од државната комисија за подготовките на регионалните спортски натпревари ги сноси здружението домаќин на регионалните спортски натпревари.

Член 12

Домаќинот на регионалните игри е должен по завршување на игрите според судиските записници за секоја спортска дисциплина веднаш треба да изготви Извештај со име и презиме на натпреварувачите кои освоиле прво, второ и трето место и резервните натпреварувачи во екипните дисциплини и за кое здружение настапувале.

Извештајот заверен од домаќинот, со формуларот во наредниот ден треба да се достави до Државната комисија за спорт и рекреација како и до здруженијата на регионот.

Државната комисија по добивањето на извештаите од регионалните игри е должна да изготви преглед на регионите и здруженијата кои ќе учествуваат на Државните пензионерски спортски игри по спортски дисциплини и еден примерок од прегледот да му достави на Извршниот одбор на СЗПМ за преземање на потребни мерки за успешно организирање и спроведување на Државни натпревари.

Член 13

Организациониот одбор и Извршниот одбор на Сојузот како организатор на Државните пензионерски спортски игри, во соработка со Комисијата за спорт и рекреација, ги определува спортските терени, судиите и контролорите, обезбедува услови за доделување на пехари и медали, за сместување на натпреварувачите, паркинг за возилата, за заедничкото дружење и културно-забавниот живот, како и за други потребни мерки за успешно оджување на спортските игри.

Член 14

Судиите за Државните натпревари ги определува Комисијата за спорт и рекреација на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија, на предлог на здруженијата на пензионерите. За регионалните натпревари судиите ги определува координативното тело на натпреварите во соработка со членот на Државната комисија за спорт од тој регион.

За судии на регионалните и Државните спотрски игри се определуваат искусни и компетентни лица-пензионери, во определена спортска дисциплина (судиите судат во полн состав).

За регуларно спроведување на натпреварите се определуваат контролори на судењето по секоја спортска дисциплина од редот на членовите на Државната комисија.

Трошоците за ангажирањето на судиите определени од страна на Државната комисија за спорт и рекреација за спроведување на Државните натпревари за ручек и пола дневница ги сноси СЗПМ, а обврската за превоз е на товар на здружението на пензионерите од чии редови е предложениот судија.

Со определените судии за спроведување на Државните натпревари непосредно пред одржување на натпреварите Комисијата за спорт организира едукативен состанок - семенар во местото на одржување на натпреварите на ниво на државата.

Член 15

Натпревар во една спортска дисциплина може да се одржи и победник да се прогласи само ако има учество најмалку на две екипи или двајца натреварувачи, а на регионалните натпревари и игри, ако во некоја дисциплина се појави само една екипа или поединец има право да се пријави на државните игри доколку на државните натпревари има пријавено натпреварувачи и од друг регион,тогаш се прифаќа натпреварувачот или екипата. Доколку нема натпреварувач и екипа, нема да биде прифатен и рангиран во дисциплината за која се пријавил.

Во случај ако натпреварувач поединец се пласира директно на државниот натпревар и од било кои причини не може да присуствува, матичното здружение нема право на замена.

Член 16

На регионалните и Државните спортски натпревари и игри право на настап имаат корисници на пензија согласно член 4 на овој правилник.

Статусот на пријавените натпреварувачи го утврдуваат судиите при приемот на пријавата, а се докажува со чек од пензија и лична карта или членска книшка за платена членарина и со список за освоени први места на ниво на регионот доставен до Државната комисија за спорт.

На регионалните и Државните спортски натпревари еден натпреварувач може да се натпреварува само во една спортска дисциплина.

Здруженијата на пензионерите на регионалните натпревари не можат да донесуваат одлуки што се спротивни на одредбите на овој Правилник.

Членовите на Комисијата за спорт и рекреација на Извршниот одбор на Сојузот, судиите и контролорите не можат да се натпреваруваат во ниедна спортска дисциплина на Државнитр спортски игри.

Член 17

За секоја спортска дисциплина за освоено 1, 2 и 3 место во поединечен и екипен пласман се доделуваат златен, сребрен и бронзен медал или друг вид признанија.

Медалите или признанијата се доделуваат на местото на натпреварот, а ги доделува определено лице од Извршниот одбор на Сојузот.

Бодувањето се врши посебно за екипните спортови кои се бодираат со поголем број на бодови од поединечните спортови и тоа: за освоено 1 место се доделуваат 15 бода, за второ место 10, за 3 место 8, за 4 шест, за 5 место пет, за шесто 4, за 7 три и за 8 два бода. За поеднинечните спортови бодирањето се врши како и досега и тоа: за освоено 1 место се доделуваат 12 бода, за второ 8, за трето 6, за четврто 5, за пето 4, за шесто 3, за седмо 2 и за осмо место 1 бод.

Победниците за освоените 1, 2 и 3 место по дисциплини се соопштуваат на заедничка средба, согласно судискиот записник.

На најуспешното здружение кое освоило најголем број бодови согласно судиските записници, му се доделуваат пехари и тоа еден помал во трајна сопственост и еден преоден пехар. На преодниот пехар се гравира годината и името на здружението кое го освоило пехарот.

Доколку едно здружение трипати едно по друго го освои преодниот пехар истиот го задржува во трајна сопственост.

Признанија може да се доделуваат и на органи, организции и поединци кои придонеле за успешно спроведување на натпреварите.

Член 18

Објавување на резултатите и делењето на наградите се уредува со посебно сценарио, кое го изготвува Комисијата за спорт и рекреација на Извршниот одбор на Сојузот, а во содејство на Организационен одбор.

Прогласување на поединечни резултати се врши за спортските дисциплини: фрлање ѓуле, трчање, скок од место, домино, табла и за поединечни резултати за најдобри стрелци со воздушна пушка, за шах и за пикадо.

Екипно прогласување се врши за спортските дисциплини: гаѓање со воздушна пушка, шах, пикадо, тегнење јаже, шутирање пенали на мали голчиња и за слободни фрлања на кош.

Член 19

Организаторите на регионалните и Државните спортски игри се должни да извршат осигурување на натпреварувачите во атлетските дисциплини и тоа: теглење јаже, трчање на 60 и 80 метри, скок од место, фрлање ѓуле.

Секој натпреварувач, учесник на натпреварите е должен да потпише изјава во случај на несакани последици настанати на натпреварите, одговорноста ја сноси сам.

Осигурувањето на натпреварувачите во атлетските дисциплини кои учествуваат на регионалните спортски натпревари го врши СЗПМ врз основа на доставен список со име и презиме на натпреварувачите од страна на здружението домаќин на регионалните игри, најмалку 5 дена пред одржување на натпреварите. Средствата за осигурување СЗПМ ги обезбедува од износот кој го уплаќа како организатор на игрите на здруженијата домаќини на регионалните натпревари.

Член 19 - а

Домаќинот на регионалните и Државните спортски натпревари на денот на одржувањето на натпреварите задолжително обезбедува медицинска екипа за укажување на прва помош во случај на потреба.

Член 20

Претставници на Комисијата за спорт и рекреација на Извршниот одбор на Сојузот учествуваат во изготвувањето на информативниот билтен за одржните пензионерски спортски натпревари и игри.

СПОРТСКИТЕ ДИСЦИПЛИНИ

Член 21

Натпреварите се одржуваат во следните спортски дисциплини:

1.Гаѓање со воздушна пушка мажи и жени;

2.Шах - мажи и жени;

3.Пикадо - мажи и жени;

4.Тегнење јаже - мажи и жени;

5.Шутирање пенали на мали голчиња - мажи и жени.

6.Слободни фрлања на кош - мажи и жени

7.Фрлање ѓуле - мажи и жени;

8.Трчање - мажи и жени;

9.Скок од место - мажи;

10. Домино - мажи и жени;

11.Табла- мажи и жени;

Извршниот одбор на Сојузот на предлог на Комисијата за спорт и рекрација на Извршниот одбор на Сојузот и во договор со здруженијата може да донесе одлука за воведување на нова спортска диципплина со соодветни правила.

ПРАВИЛА И ПРОПОЗИЦИИ ЗА СПОРТСКИТЕ ДИСЦИПЛИНИ

1.ГАЃАЊЕ СО ВОЗДУШНА ПУШКА

Член 22

Натпреварот се изведува со воздушна пушка од сериско производство со отворен нишан еднаков за мажи и жени.

Гаѓање се врши поединечно, а резултатот се бодува екипно. Екипите се составени од 3 члена и еден резерва.

Се гаѓа во стоечки став, без наслон или друго помагало.

Пушката се држи со двете раце на рамото и до образот.

Се гаѓа на растојание од 10 метри, на затворено или отворено стрелиште.

Ако се гаѓа на електронско стрелиште менувањето на целите ги врши самиот стрелец, а ако се гаѓа на отворен простор-импровизирано стрелиште, целите ги менува лице определено од судијата.

Се гаѓа со 10 дијаболи за меч 2Х5 во мета со право на пет пробни дијаболи.

Се гаѓа по редослед утврден од судијата со ждрепка. Пушки и дијаболи обезбедува секоја екипа за себе, а метите ги обезбедува домаќинот на натпреварите.

Се гаѓа по 5 дијаболи за меч. Доколку некој стрелец испука повеќе во една мета, тогаш во наредната мета треба да испука онолку дијаболи помалку колку што има испукано повеќе во претходната.

Доколку стрелецот во метата за меч има испукано повеќе од 10 дијаболи му се одбива најдобриот погодок во метата во која има поголем број на погодоци.

При еднакви вкупни погодоци подобар пласман ќе има оној стрелец кој има повеќе „десетки“, „деветки“, „осмици“ и т.н. Ако и тогаш нема разлики во резултатите се дава приоритет на натпреварувач кој има подобри резултати во втората мета.

Иста е постапката и при исти резултати во екипен пласман, со земање на резултатите од сите стрелци.

Време траењето на гаѓање изнесува 20 минути.

Окинување на празно во правец на мета не е дозволено без одобрение на судијата.

За резултатите се изготвува судиски записник, а истиот го потпишуваат судиите и контролорот.

2.ПИКАДО

Член 23

Натпреварите во пикадо се одржуваат на електронско пикадо, а се одвиваат поединечно и екипно. Секоја екипа е составена од 3 члена и една резерва.

Електронско пикадо обезбедува домаќинот и организаторот на натпреварот.

Натпреварот се одвива по инструкциите и правилото за електронско пикадо кој е составен дел на секое пикадо од овој Правилник.

Електонското пикадо работи на електричен приклучок преку адаптери на батерии, кои по можност треба да бидат алкални.

Пикадото се поставува на растојание од 2.30 м. од линијата од каде се нишани. Линијата е видливо одбележена со лента во бела боја.

Центарот се поставува на височина од 1.70 м. од подот, а клинецот за обесување се закачува на висина од 1.90 м. од подот.

Се стрела исклучиво со стрелички кои тежат до 16 грама со пластични иглички, кои си ги обезбедува секоја екипа што учествува на натпреварите.

Редоследот на натпреварувачите по екипи се врши со ждрепка.

Натпреварувачите настапуваат по редот од пријавата (1-3).

Секој натпреварувач има право на по 3 (три) пробни стрелички и 10 за резултат со распоред (3+3+3+1).

Броењето на поените (погодоците) се одвива по правило за игра (Г01), а резултатот е според формуларот што е приложен кон овој член.

Збирот на поединечните резултати ги дава вкупниот резултат на екипата.

Стреличките паднати и исфрлени надвор од таблата се вклучуваат
во збирот на исфрлени стрeличчки.

За регуларноста на натпреварот се грижат судиите, нивните помошници и контролорите.

При еднакви резултати подобар пласман има оној учесник или екипа со повисоки погодоци (60, 57, 54 и т.н.), но и ако и тогаш нема разлика, победникот се определува со ждребавање.

После секоја исфрлена стреличка треба да се запишува бројот појавен на екранот од пикадото.

На крајот се прави судиски записник потпишан од судиите и контролорот.

3.ШАХ

Член 24

Натпреварите во шах на Државно ниво се играат во две групи по четири екипи распоредени според извршената ждрепка од страна на комисијата со тоа што првата група ја сочинуваат екипите со непарни броеви 1,3,5, и 7, а втората група ја сочинуваат екипите со парни броеви 2,4,6 и 8. На регионално ниво натпреварите се одвиваат во 2 групи, доколку на натпреварот се пријавени повеќе од 6 екипи, а до 6 екипи натпреварот се одвива по Бергеров систем - секој со секого и тоа на следниот начин: Потоа првацките од групите играат за прво и второ место, вторите играат за трето и четврто место, третите играат за пето и шесто место и четвртите од групите играат за седмо и осмо место. Се игра во систем на брзо потезен шах.

Се игра со шаховски часовници со ефективно време на играње од 20 минути.

Екипите во машка конкуренција се составени од 4 натпреварувачи и 1 резерва, а во женска конкуренција екипата ја сочинуваат 2 напреварувачки и 1 резерва.

Резервниот играч влегува во игра секогаш на последната табла со транслаторно поместување на играчите нагоре.

Секоја машка екипа задолжително носи по 2 шаха и 2 часовници, а женските екипи носат по еден шах и еден шаховски часовник.

Екипите преку својот капитен пред почетокот на натпреварите ги пријавуваат кај судијата во писмена форма своите состави кои подоцна не може да се менуват.

Имињата на играчите треба да бидат исти со оние во извештајот од регионалните натпревари.

Пред почетокот на натпреварите се избира турнирски одбор во состав од (1-3) помошни судии и 2 преставници од учесниците, како и 2 нивни заменици. Овој одбор има задача итно да решава по настанатите спорови и приговори меѓу екипите, во содејство со контролорот.

Судијата има право да прогласува партија за нерешен резултат - реми, доколку утврди дека потегот се повторува трипати.

Екипите се рангираат според бројот на освоените поени.

Доколку две или повеќе екипи имаат ист број поени се гледа следново:

1. поголем број на победи;
2. вкупниот резултат од меѓусебниот дуел, резултатот на првата табла, односно на втората табла;
3. резултатот на победничките екипи со поголем број освоени поени.

Сите настанати проблеми Турнирскиот одбор задолжително ги решава најдоцна пред почетокот на следното коло. Доколку тој одбор не може да го реши спорот, одлучува судијата на натпреварот во согласност со претседателот на комисија за спорт и рекреација на ИО на Сојузот и контролорот.

Судиите ги применуваат правилата на ФИДЕ за брзопотезен шах.

На крајот се прави судиски записник потпишан од судиите и контролорот.

4.ТЕГНЕЊЕ ЈАЖЕ

Член 25

Натпреварите во тегнење јаже се одржуваат екипно во машка и женска конкуренција и секоја екипа брои по 5 члена со право на една резерва.

Јажето е долго 12 метри со дебелина и мекост погодна за теглење, а го обезбедува домаќинот на натпреварот.

За почеток на натпреварот треба да се преземат следните мерки: Јажето на средина е обележано со висак, а лево и десно на растојание од 1 метар, јажето е обележано со црвен конец.

Стартната позиција треба да биде видливо обележана, а лево и десно од неа на растојание од 1 метар обележани се линиие кои служат како позиции за натпреварувачите.

Натпреварувачите се редат на јажето од надворешната страна на белезите. Не е дозволен престап на првиот член на екипата, ниту да се замотува јажето околу телото или раката на последниот член на екипата. Крајот на јажето мора слободно да паѓа.

Кога висакот ќе се смири над стартната линија, судијата дава знак со свирче за почеток на натпреварот.

Победник е онаа екипа која ќе успее висакот на јажето да го привлече кон себе преку позиционата линија.

Судијата дава знак за крај на натпреварот со свирче и го објавува резултатот и победникот.

Натпреварите на државно ниво се одвиваат во две групи по куп систем, распоредени според пласманот остварен во претходната година и тоа: Првата група ја сочинуваат екипите кои го освоиле 1, 3, 5 и 7 место, а втората група ја сочинуваат екипите кои го освоиле 2, 4, 6 и 8 место. Победниците од групите се борат за 1 и 2 место, вторите за 3 и 4, третите за 5 и 6 и четвртите за 7 и 8 место. На регионално ниво натпреварите може да се одвиваат во групи доколку на натпреварот се пријават повеќе од шест екипи, а до шест екипи натпреварот се одвива во една група-куп систем.

Доколку една екипа пред даден знак на главниот судија за означување на крај на натпреварот, намерно или наеднаш го пушти јажето и со тоа предизвика паѓање на противничката екипа, таа екипа што го пуштила јажето се дисквалификува.

Натпреварувачите мора да носат спортски патики без крампони.

Екипите за теглење јаже се натпреваруваат во две групи по куп систем, според шемата што е во прилог на овој Правилник.

Доколку некој од натпреварувачите падне или седне, партијата за таа екипа е изгубена.

Тегнењето на јаже треба да не се одвива на бетонска (асфалтна) или друг вид тврда подлога, а може на тревна и земјена.

Натпреварот го судат најмалку 4 судии од кои еден е главен,1 записничар,а другите 2 се негови помошници.

Главниот судија пред почетокот на натпреварот се наоѓа на линијата за разграничување меѓу екипите, а неговите помошници се наоѓаат зад секоја екипа.

Координацијата на судиите ја обезбедува главниот судија, контролата на судењето ја врши контролорот.

На крајот се составува записник потпишан од судиите и контролорот.

4-А. ШУТИРАЊЕ ПЕНАЛИ НА МАЛИ ГОЛЧИЊА

Член 25-а

Натпреварот во шутирање пенали на мали голчиња се одвива како екипна спортска дисциплина во која се натреваруваат по 3 натпреварувачи и 1 резерва во машка и женска конкуренција.

Натпреварувачите шутираат пенали од белата точка во мал гол, без голман на одалеченост од 10 метри.

Натпреварот може да се одвива на отворен и во затворен простор.

Димензиите на голот се 125 сантиметри ширина и 75 сантиметри висина.

Се шутира по еден пенал за проба и 5 за резултат.

Најдобар резултат постигнува екипата која има најголем број голови по собирање на резултатот од сите натпреварувачи.

Доколку на крајот има две екипи со ист број на голови победникот се обезбедува со шутирање на додатни пенали, наизменично.

На крајот се прави судиски записник потпишан од судиите и контролорите.

4-Б СЛОБОДНИ ФРЛАЊА НА КОШ

Член 25-б

Натпреварувањето во дисциплината слободни фрлања на кош е екипна дисциплина во машка и женска конкуренција

Екипите се составени од по 3 натпреварувачи и 1 резерва

Се фрлаат слободни фрлања во кош чија висина е стндардна по правилата на кошаркашката федерација, а одалеченоста од кошот е намалена од стнадардот за 120 сантиметри и се фрла на одалеченост од 4 метри.

Секој натпреварувач фрла по едно пробно и 5 фрлања за резултат.

Во случај на исти резулатати победникот се обезбедува со наизменични додатни фрлања на кош на екипите со ист број на кошови

На крајот се прави судиски записник потпишан од судиите и контролорите.

5.ФРЛАЊЕ ЃУЛЕ

Член 26

Натпреварот во фрлање ѓуле се одржува поединечно, ѓуле од 5 кг. за мажи и 3 кг. за жени.

Натпреварот се одржува со три фрлања од рамо, а секој натпреваруваќ има право на две пробни фрлања, кои може самоволно да ги пропушти.

Се вреднува најдобриот резултат кој се утврдува преку мерење со лента.

Редоследот на натпреварувачите го одредува Државната комисија за спорт и рекреација.

Кругот од каде што се фрла ѓулето треба да биде видливо обележан со бела боја и со пречник од 2.20 м. според утврдениот редослед.

Престапите се бројат како извршени фрлања, а резултатите не се земаат во предвид.

Ѓулиња ги обезбедува домаќинот на натпреварите. Местото каде што треба да падне ѓулето треба да биде тврда подлога, а се обележува во ширина минимум од 5 метри. Ако ѓулето падне надвор од обележаното место, резултатот не се зема во предвид, а фрлањето се брои како извршено.

На крајот се прави судиски записник потпишан од судиите и контролорите.

6.ТРЧАЊЕ

Член 27

Натпреварите во трчање за мажи и жени се изведуваат групно, посебно за мажи и жени.

Се натпреваруваат во две категории. Едната до 60 годишна возраст, а другата над 60 години и за мажи и за жени.

Натпреварот почнува со висок старт на команда дадена од страна на судијата и тоа: „на свои места, позор и свирче“.

Мажите трчат на 80 метри, а жените на 60 метри. Натпреварувачите треба да бидат обележани со видливи броеви на грбот и на градите.

Ждребањето на редоследот на настапите го врши Државната комисија за спорт и рекреација.

Стартната линија се обележува со бела боја, а целта со жолта боја или лента.

Трчањето започнува на знак на судијата со свиреж на свирче или со стартен пиштол.

До колку некој од учесниците, предвреме ја започне трката двапати се дисквалификува.

Дисквалификација може да уследи и ако некој од натпреварувачите намерно неспортски им пречи во трчањето на останатите натпреварувачи.

Победник во трчање е учесникот кој прв ќе ја скине лентата или прв ќе ја помине обележаната линија на целта, а оние кои ќе пристигнуваат како втор, трет и т.н. ги бележи лице одредено од судијата, кое стои на целта.

Се трча на атлетска патека (земјена подлога, трева или асфалт).

На Државните натпревари во дисциплината трчање задолжително се обезбедува фото финиш со чија помош се утврдува редоследот на пристигнувањето на натпреварувачите на целта.

На крајот се прави судиски записник кој го потпишуваат судиите и контролорите.

7.СКОК ОД МЕСТО

Член 28

Скок од место – „токмунозе“, се изведува само за мажи и се скока три пати, а за резултат се зема најдолгиот скок.

Натпреварувачите имаат право на два пробни скока, кои можат да ги пропуштат.

Скок од место се изведува исклучиво во спортски патики.

Линијата од каде се скока треба да биде видливо обележана со бела боја.

Натпреварувачот не смее во рацете да има предмети (камен, железо или друго).

Скоковите ги следи и резултатите ги бележи судијата.

Престапите се бројат како извршени скокови, а резултатот од истите не се зема во предвид.

Должината на скоковите се мери со метролента, која ја обезбедува домаќинот на натпреварот.

Редоследот на натпреварувачите го одредува Државната комисија за спорт и рекреација.

Натпреварот се одвива на површина израмнета со песок, а стартот е обележан со штица.

Се скока од тврда подлога кон површината со песокот.

За постигнатите резултати се сочинува судиски записник кој го потпишуваат судиите и контролорите.

8. ДОМИНО

Член 29

Во дисциплината домино натправарот се одвива во машка и женска конкуренција, по еден натпреварувач.

Доминото се состои од 28 точки - шестка. Натпреварот се игра во две групи - бод систем.

Претходно се влече редоследот на натпреварувачите.

Ждребањето го врши Државната комисија за спорт и рекреација.

Се игра најмалку две игри односно до две добиени игри.

Пред да почне играта сите домино-плочки се превртуваат наопаку и се мешаат.

Секој играч зема по 7 плочки и ги става пред себе, а останатите плочки остануваат во купот од кој потоа се влечат. Играта се движи од левата страна.

Секоја домино-плочка е поделена на два дела. Има делови со и без точки. Дупла домино-плочка содри ист број (6 и 6, 5 и 5 и т.н.) и играчот што ќе извлече дупла домино-плочка со најголем број точки треба да го стави на средина на масата и да започне играта, ако никој не извлече дупла домино-плочка, сите плочки се враќаат во купчето, се мешаат и повторно се влечат.

Вториот играч треба да стави една од неговите домино-плочки на еден крај од дуплата домино-плочка и така започнува играта.

На празните краеви одговараат празни домино-плочки.

Играчот може да игра само по една домино-плочка кога му е редот.

Домино-плочките се ставаат по должна.

Доколку играчот нема домино-плочка што одговара, истиот влече од купчето плочки се додека не извлече домино-плочка што одговара. Ако го извлече целото купче освен две неизвлечени плочки и пак нема соодветно, соиграчот е на ред.

Доколку играта се затвори (изиграни се односно извлечени сите плочки со соодветните точки, 8 шестки, 8 петки и т.н.) точките од плочките од тој круг кај секој играч се бројат, а победник е играчот кој има помалку точки.

Дупло празна плочка се смета како 10 (десет) точки. Доколку играчите имаат ист број на точки се игра нова игра.

Играта завршува кога еден од натпреварувачите ќе ги изигра сите плочки.

Доколку и по одиграни 3 партии не се добие победник, победникот се одредува со ждрепка.

Секој играч е должен да носи по една домино-кутија со плочки.

За резултатот се сочинува судиски записник кој го потпишуваат судиите и контролорот.

Натпреварот во домино на Државно ниво се игра во 2 групи кои се формираат врз основа на извршена ждрепка. Во прва група се: натпреварувачите со непарни броеви(1, 3, 5 и 7), а втората група ја сочинуваат натпреварувачите со парни броеви (2, 4, 6 и 8).

Натпреварот се игра секој со секого во 2 добиени партии. Прваците од групите играат за прво и второ место, вторите за трето и четврто место, третите за пето и шесто место и последните за 7 и 8 место. На регионално ниво по групи се игра доколку за регионалниот натпревар се пријават повеќе од 6 натпреварувачи.

9.ТАБЛА

Член 30

Во дисциплината табла се натпреваруваат по еден натпреварувач во машка и женска конкуренција.

Таблата е составена од кутија со 2 (два) капака, кои на внатрешните страни имаат исцртано по 6 полиња во секоја четвртина.

Табла се игра со 15 црни и 15 бели округли плочки наречени пулови и две бели коцки избаждарени од 1 до 6 точки на секоја страна.

На почетокот на играта двајцата натпреварувачи ги подредуваат пуловите од лево на десно (може и од десно кон лево) и тоа: во првата (една четвртина) на првото избаждарено место се ставаат по два пула симетрично помеѓу двајцата натпреварувачи. Во втората четвртина (две четвртини) на дванаесетото избаждарено место се ставаат по 5 пула. Во третата (три четвртини) на седумнаесетото место се ставаат по 3 пула и на четвртата (четири четвортини) на 19-тото избаждарено место се ставаат по 5 пула.

Прво започнува тој што ќе фрли поголема бројка од коцките.

Во случај и двајцата да добијат иста бројка фрлањето го повторуваат.

Наизменично, еден по друг натпреварувачите ги фрлаат коцките и според добиените бројки на коцките ги поместуваат пуловите. При фрлањето на коцките, ако и на двете коцки се добијат исти бројки се одигрува двојно повеќе од добиената вредност. Пул што ќе се најде сам (изолиран) може да биде удрен од противничкиот пул и вратен на почетокот, во првата четвртина. Но тоа е условно ако има слободно поле и ако фрли соодветна бројка.

Два пула кои стојат на исто поле се вика капија. Капијата претставува сигурност, бастион и препрека за противникот. Натпреварувачот кој ќе ги внесе сите свои пулови во својата четврта четвртина почнува да ги зема своите пулови. Оној што прв ќе ги земе своите пулови ја добива партијата и добива еден поен. Во случај ако едниот натпреварувач ги земе сите свои пулови, а противникот ниту еден, тогаш е направен МАРС и победникот добива 2 поени.

Победник е натпреварувачот кој ќе добие два поена.

Натпреварите се одржуваат во две групи по бод систем.

На крајот се изготвува судиски записник кој го потпишуваат судиите и контролорот.

Натпреварот во табла на Државно ниво се игра во 2 групи кои се формираат според извршената ждрепка и во првата група се: екипите со непарни броеви (1, 3, 5 и 7), а во втората група се екипите со парни броеви (2, 4 ,6 и 8). Натпреварот во групи се игра секој со секого во две добиени партии. .

Првациte од групите играат за прво и второ место, вторите играат за трето и четврто, третите за петo и шесто место и четвртите за седмо осмо место.

За успешно фрлање на коцките се смета доколку двете коцки се фрлени истовремено со една рака и во едно поле од таблата и лежат со целата површина на подлогата или на пулчето. Ако и една од коцките не лежи со целата површина и стои накривена на пулчињата или на страницата од таблта, фрлањето на коцките се повторува со двете коцки.

На регионално ниво во групи се игра доколку на регионалниот натпревар се пријават повеќе од 6 натпреварувачи.

Членот 31 е избришан

Член 32

Пропозициите од овој правилник важат и за одржување на локалните спортски игри во месните разграноци во здруженијата и за регионалните натпревари. Доколку не се применуваат овие пропозиции резултатите не се признаваат и не се рангираат.

Член 33

За примена на овој правилник непосредно се грижи Комисија за спорт и рекреација на Извршниот одбор на Сојузот.

Член 33-а

На регионалните и Дршавните игри натпреварувачите исклучиво смеат да носат опрема со обележја на СЗПМ или на Здруженија на пензионери како и на покровителот или спонзорот на натпреварите.

ПРЕОДНИ И ЗАВРШНИ ОДРЕДБИ

Член 34

Со донесување на овој Правилник престанува да важи Правилникот донесен на 16.04.2008 година.

Член 35

Автентично толкување на одредбите на овој правилник дава Собранието на Сојузот на здруженија на пензионерите на Македонија.

Член 36

Овој правилник влегува во сила со денот на неговото донесување.

21.12.2015 год. Скопје **Собрание на СЗПМ**