পশ্চিমবঙ্গ প্রাথমিক শিক্ষা পর্ষদ

আচার্য প্রফুল্লচন্দ্র ভবন, ডি কে ৭/১, সেকটর ২, বিধাননগর, কলকাতা ৭০০ ০৯১
২৩২১ ১২০১/২ ২৩৫৯ ৮০৯৯/৮১৩৫, ২৩৩৪ ৮৯৮৩
secretary.wbbpe@gmail.com, secretarywbbpe.ptti@gmail.com
web site - www.wbbprimaryeducation.org

নং ০৯/ড্রবিবিপিই/২০২৪ তারিখ ০৮/০১/২০২৪

বিজ্ঞপ্তি

গ্রাম পঞ্চায়েত, চক্র, মহকুমা, জেলা এবং রাজ্যস্তরের অবৈতনিক প্রাথমিক ও নিম্ন বুনিয়াদি বিদ্যালয়, মাদ্রাসা ও শিশু শিক্ষা কেন্দ্র সমূহের সকল ছাত্রছাত্রীর জন্য (বিশেষ চাহিদা সম্পন্ন শিশু সহ) ৩৯তম বার্ষিক ক্রীড়া প্রতিযোগিতা সংক্রান্ত

সভাপতি, পশ্চিমবঙ্গ প্রাথমিক শিক্ষা পর্ষদ; সভাপতি, জেলা প্রাথমিক বিদ্যালয় সংসদ; সভাপতি, পশ্চিমবঙ্গ মাদ্রাসা শিক্ষা পর্ষদ; অধিকর্তা, মাদ্রাসা শিক্ষা অধিকার; অধিকর্তা, শিশু শিক্ষা মিশন; জেলা বিদ্যালয় পরিদর্শক (প্রাথমিক), জেলা শারীর শিক্ষা ও যুবকল্যাণ আধিকারিক/সংগঠক, মুখ্য প্রবন্ধক (শিক্ষা), কলকাতা পৌরনিগম, শিক্ষা সচিব, গোর্খাল্যান্ড টেরিটোরিয়াল এ্যাড্‌মিনিস্ট্রেশন (জি.টি.এ.) এবং সংশ্লিষ্ট সকলের অবগতির জন্য প্রেরণ করা হল। ৩৯তম রাজ্য ক্রীড়া প্রতিযোগিতার রাজ্য পর্যায় প্রতিযোগিতার সময় ও স্থান এবং প্রতিযোগিতার বিস্তারিত প্রস্তুতি পরে জানানো হবে।

১। গ্রাম পঞ্চায়েত স্তর থেকে জেলা স্তরের প্রতিযোগিতা নিম্নলিখিত তারিখের মধ্যে সম্পন্ন করতে হবেঃ

ক)	জোন/অঞ্চল/গ্রাম পঞ্চায়েত/ চক্র পর্যায়	ঃ	১০ই জানুয়ারী থেকে ১৭ জানুয়ারী ২০২৪
খ)	মহকুমা পর্যায়	ঃ	১৮ই জানুয়ারী থেকে ২৫ জানুয়ারী ২০২৪
গ)	জেলা পর্যায়	ঃ	২৭শে জানুয়ারী থেকে ৩১শে জানুয়ারী, ২০২৪

জেলা স্তরের নির্বাচিত প্রতিযোগীদের বিভাগ ও ইভেন্টভিত্তিক নামের তালিকা এন্ট্রি শীটে পূরণ করে, ডাক টিকিট সাইজের ফটোসহ যোগ্যতার শংসাপত্র পূরণ করে আবশ্যিকভাবে ৩রা ফেব্রুয়ারী, ২০২৪ তারিখের মধ্যে সংগঠক সমিতির নিকট (পশ্চিমবঙ্গ প্রাথমিক শিক্ষা পর্ষদে) দুই কপি এবং সহ-অধিকর্তা (শারীর শিক্ষা), বিদ্যালয় শিক্ষা অধিকার, বিকাশ ভবন, কার্যালয়ে এক কপি পাঠাতে হবে। রাজ্য পর্যায়ের প্রতিযোগী ছাত্র-ছাত্রীদের জন্ম তারিখ, শ্রেণি, ঠিকানা (প্রতিযোগী বিশেষ চাহিদা সম্পন্ন হলে তার প্রতিবন্ধকতার ধরন) ইত্যাদি সহ যোগ্যতা সংক্রান্ত শংসাপত্র (এলিজিবিলিটি সার্টিফিকেট) বালক, বালিকা এবং নির্দিষ্ট বিভাগ অনুযায়ী দিতে হবে। যোগ্যতা সংক্রান্ত শংসাপত্রের সঙ্গে জন্ম তারিখ সংক্রান্ত শংসাপত্রও (প্রত্যয়িত প্রতিলিপি) জমা দিতে হবে। জন্ম তারিখ সংক্রান্ত প্রামাণ্য তথ্য হিসেবে পঞ্চায়েত (প্রধান), মহকুমা স্বাস্থ্য কেন্দ্র, পৌরসভা এবং প্রজ্ঞাপিত অঞ্চল কর্তৃপক্ষের শংসাপত্র ছাড়াও অভিভাবকের ঘোষণা বিবেচিত হবে। ছাত্র-ছাত্রীদের যোগ্যতা সংক্রান্ত উল্লিখিত তথ্যাদি বিদ্যালয়ের রেকর্ড থেকে (ভর্তি, বার্ষিক পরীক্ষা সংক্রান্ত ইত্যাদি) যাচাই করে উক্ত শংসাপত্রে স্বাক্ষর করতে হবে। এই কাজ রাজ্য প্রতিযোগিতার আগেই সম্পন্ন করে জেলা প্রাথমিক বিদ্যালয় সংসদে প্রবেশপত্র ইত্যাদি পাঠাতে হবে।

২। এন্ট্রি শীটের যাবতীয় তথ্য ৩রা ফেব্রুয়ারী, ২০২৪ তারিখের মধ্যে মূল এন্ট্রি শীট ও উপযুক্ত এলিজিবিলিটি সার্টিফিকেট, জন্ম তারিখ সংক্রান্ত শংসাপত্র ইত্যাদি পশ্চিমবঙ্গ প্রাথমিক শিক্ষা পর্ষদ দপ্তরে জমা দিতে হবে। (জন্ম সংক্রান্ত প্রামাণ্য তথ্য ব্যতীত কোনো প্রবেশপত্র গ্রাহ্য হবে না)।

৩। প্রতি স্তরের প্রতিযোগিতাতেই সমস্ত অবৈতনিক প্রাথমিক ও নিম্ন বুনিয়াদি বিদ্যালয়, সরকারি বিদ্যালয়, কলকাতা পৌর নিগম পরিচালিত প্রাথমিক বিদ্যালয়, মাদ্রাসা ও শিশু শিক্ষা কেন্দ্রের প্রাথমিক বিদ্যালয় সমূহের সকল ছাত্র-ছাত্রী (বিশেষ চাহিদা সম্পন্ন শিশু সহ) -কে অংশগ্রহণ করানোর জন্য বিশেষভাবে অনুরোধ করা হল। কলকাতা পৌর নিগমকে একটি আলাদা জেলা হিসাবে গণ্য করা হবে। দার্জিলিং জেলা থেকে দু'টি দল - একটি গোর্খাল্যান্ড টেরিটোরিয়াল এ্যাড্‌মিনিস্ট্রেশন (জি.টি.এ.) থেকে অপরটি শিলিগুড়ি প্রাথমিক বিদ্যালয় সংসদ থেকে

রাজ্য প্রতিযোগিতায় অংশগ্রহণ করবে। অতএব রাজ্য পর্যায়ের মূল প্রতিযোগিতায় মোট ২৫টি জেলা দল অংশ গ্রহণ করবে।

৪। ৩৯ তম রাজ্য অবৈতনিক প্রাথমিক/নিম্ন বুনিয়াদি বিদ্যালয়, মাদ্রাসা ও শিশু শিক্ষা কেন্দ্র সমূহের সকল ছাত্রছাত্রীদের (বিশেষ চাহিদা সম্পন্ন শিশু সহ) ক্রীড়া প্রতিযোগিতা নিম্নলিখিত বিভাগ ও ইভেন্ট্ অনুসারে পরিচালিত হবে ঃ

বিভাগ ক	ঃ	বালক ও বালিকা উভয় ক্ষেত্রেই জন্ম তারিখ ০১/০১/২০১৭ বা তার পরে।
ইভেন্ট্	ঃ	৭৫ মিটার দৌড়, দীর্ঘ লম্ফন, সাটল দৌড় (ক্রাউচ / নর্মাল স্টার্ট) ও যোগা।
বিভাগ খ	ঃ	বালক ও বালিকা উভয় ক্ষেত্রেই জন্ম তারিখ ০১/০১/২০১৫ বা তার পরে।
ইভেন্ট্	ঃ	১০০ মিটার দৌড়, ২০০ মিটার দৌড়, উচ্চ লম্ফন, দীর্ঘ লম্ফন, যোগা ও জিম্‌নাস্টিক্‌স।
বিভাগ গ	ঃ	বালক ও বালিকা উভয় ক্ষেত্রেই জন্ম তারিখ ০১/০১/২০১৩ বা তার পরে।
ইভেন্ট্	ঃ	১০০ মিটার দৌড়, ২০০ মিটার দৌড়, উচ্চ লম্ফন, দীর্ঘ লম্ফন, ফুটবল ছোড়া, যোগা ও জিম্‌নাস্টিক্‌স।

৫। সর্বাধিক অংশগ্রহণ ঃ

ক, খ ও গ বিভাগঃ দু'টি ইভেন্ট্ (মিড্‌লে রিলে দৌড় ব্যতীত)। সামগ্রিকভাবে রাজ্য প্রতিযোগিতায় সর্বাধিক চার বার অংশগ্রহণ করতে পারবে।

৬। এ্যাথলেটিক্‌স এবং যোগা ইভেন্টে বয়স অনুযায়ী নির্দিষ্ট বিভাগে অংশগ্রহণ আবশ্যক। জিম্‌নাস্টিক্‌স ইভেন্টের জন্য এই বিধি-নিষেধ নেই। তবে জিম্‌নাস্টিক্‌স ইভেন্টে 'ক' বিভাগের কোনো প্রতিযোগী 'খ' বিভাগে অংশগ্রহণ করলে 'ক' বিভাগের অন্য কোনো ইভেন্টে ওই প্রতিযোগী বা খেলোয়াড় অংশগ্রহণ করতে পারবে না। কিন্তু 'গ' বিভাগের কোনো প্রতিযোগী 'খ' বিভাগের জিম্‌নাস্টিক্‌স ইভেন্টে অংশগ্রহণ করতে পারবে না।

৭। জেলা ও রাজ্য পর্যায়ের প্রতিযোগিতায় প্রতি ক্ষেত্রে (চূড়ান্ত পর্যায়) সব প্রতিযোগীর পারফর্মেন্সের রেকর্ড (সময়/দূরত্ব/উচ্চতা/পয়েন্ট) নথিভুক্ত করতে হবে।

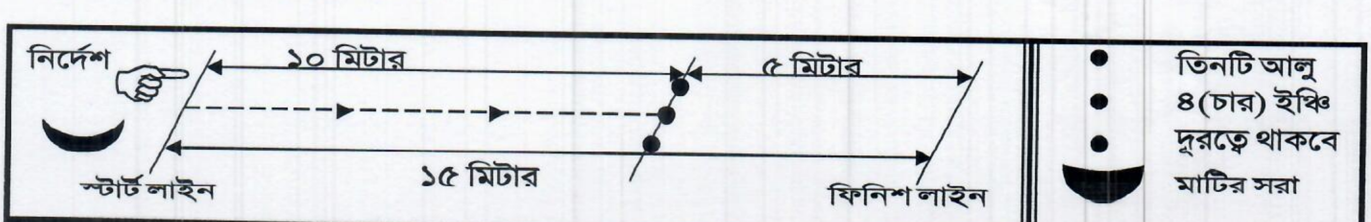
৮। জেলা ও রাজ্য পর্যায়ের প্রতিযোগিতার পূর্বে প্রতিযোগীদের আসল জন্ম শংসাপত্র জেলা ও রাজ্যস্তরের পরিচালন সমিতি দ্বারা গঠিত টেকনিক্যাল কমিটি যাচাই ও তত্ত্বাবধান করবে এবং রাজ্য প্রতিযোগিতার সময়ে সেটিই চূড়ান্ত হিসেবে গণ্য করা হবে এবং এই বিষয়ে প্রতিবাদ/পুনরায় যাচাইয়ের আবেদনগ্রাহ্য হবে না।

৯। এই প্রতিযোগিতায় এ্যাথলেটিক্‌স, জিম্‌নাস্টিক্‌স ও যোগা বিভাগে পৃথক পৃথক ভাবে প্রতিযোগিতা পরিচালনা করা হবে এবং এ্যাথলেটিকস, জিম্‌নাস্টিক্‌স ও যোগা বিভাগ তিনটির জন্য পৃথকভাবে বিজয়ী, বিজেতা ও তৃতীয় স্থানাধিকারী জেলা দল ঘোষণা করা হবে। কখনই এ্যাথলেটিকস, জিম্‌নাস্টিক্‌স ও যোগা -র মোট প্রাপ্ত পয়েন্টের যোগফলের উপর ভিত্তি করে স্থান নির্ধারণ করা হবে না।

১০। জিম্‌নাস্টিক্‌স (Floor-Exercise)-এর যে সকল এলিমেন্টস/ফিগার আবশ্যিক কেবল সেগুলিই অংশগ্রহণকারী প্রতিযোগীগণকে নিজ নিজ পছন্দ অনুযায়ী করতে হবে। জিম্‌নাস্টিক্‌স প্রতিযোগিতা নূতন নিয়ম ও চিত্র অনুযায়ী অনুষ্ঠিত হবে (নির্দেশাবলী ও চিত্র পৃথকভাবে দেওয়া হল)।

১১। রাজ্যস্তরের প্রতিযোগিতায় যোগদানকারী প্রত্যেক দলকে নিজ নিজ জেলা পতাকা নিয়ে কুচকাওয়াজ -এ অংশগ্রহণ করতে হবে এবং প্রথম, দ্বিতীয় ও তৃতীয় স্থানাধিকারী জেলা দলকে পুরস্কৃত করা হবে। প্রতি দলকে অন্তত দু'টি করে পতাকা অবশ্যই সঙ্গে আনতে হবে (*পতাকার দৈর্ঘ্য ও প্রস্থ হবে ১.৫মিঃ X ১মিঃ*)।

১২। আলু দৌড়ের (সাট্‌ল রেস) ক্ষেত্রে তিনটি আলু স্টার্ট লাইন থেকে ১০ মিটার সামনে থাকবে। তিনটি পর্যায়ে একটি করে আলু সংগ্রহ করে নির্দিষ্ট মাটির সরাতে রেখে স্টার্ট লাইন থেকে সামনের দিকে ১৫ মিটার দূরের ফিনিশ লাইন অতিক্রম করতে হবে। তিনটি আলু-ই ১০ মিটার লাইনের উপর পাশাপাশি ৪(চার) ইঞ্চি দূরত্বে সংশ্লিষ্ট লেনের মাঝখানে রাখতে হবে।



১৩। মিড্‌লে রিলে (Medley Relay) (৭০মিটার + ৯০মিটার + ১১০মিটার + ১৩০মিটার) ইভেন্টটি প্রতি বিভাগের অংশগ্রহণকারী বালক/বালিকাদের নিয়ে জেলাস্তর থেকে অনুষ্ঠিত হবে। এই মিড্‌লে রিলে দৌড় প্রতিযোগিতার জন্যে বিভিন্ন বিভাগে অংশগ্রহণকারী প্রতিযোগীদের ভেতর থেকেই দল গঠন করতে হবে। অর্থাৎ, এর জন্য কোনো অতিরিক্ত প্রতিযোগী আনা চলবে না। এই দৌড়ের জন্যে দল গঠন করার সময় প্রতি বিভাগ থেকে অন্তত একজন করে প্রতিযোগীকে অন্তর্ভুক্ত করতে হবে। প্রথম রানার ‘ক’ বিভাগ থেকে (৭০মিটার দৌড়বে), দ্বিতীয় রানার ‘খ’ বিভাগ থেকে (৯০মিটার দৌড়বে), তৃতীয় রানার ‘গ’ বিভাগ থেকে (১১০মিটার দৌড়বে) এবং চতুর্থ রানার ‘খ’ অথবা ‘গ’ বিভাগ থেকে (১৩০মিটার দৌড়বে) আসবে। মিড্‌লে রিলে দৌড়ের পয়েন্ট সামগ্রিকভাবে এ্যাথলেটিক্‌স -এ জেলা বিজয়ী দল স্থির করার সময় যুক্ত করা হবে।

১৪। উচ্চ লম্ফন ঃ ক্রসবারের (Cross Bar) প্রারম্ভিক উচ্চতা হবে ৮০ সেমি (মাটি থেকে)।

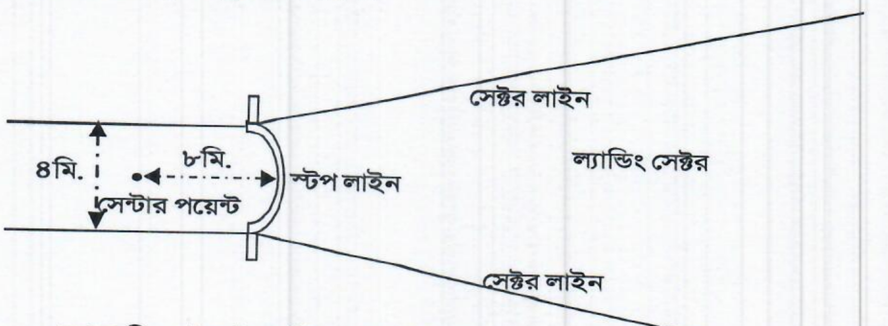
১৫। দীর্ঘ লম্ফন ঃ টেক্‌ অফ বোর্ড (Take-off Board) জাম্পিং পিট থেকে ১ মিটার দূরে রাখা হবে।

১৬। ক্রমিক নং ৪ -এর ‘গ’ বিভাগে উল্লিখিত ফুটবল ছোড়া বিষয়ে নিয়মাবলী নিম্নে দেওয়া হল।

ক) প্রতিযোগী জ্যাভলিং সেক্টরের স্টপ লাইন এর পিছনে বসে (সামনের দিকে পা ছড়ানো অবস্থায়) দু’হাতে ফুটবলটি সামনের দিকে যতদূর সম্ভব ছুড়ে দেবে। বল ছোড়ার আগে ও পরে স্টপ লাইন স্পর্শ করা যাবে না।

খ) ফুটবলের মাপ ঃ ৫(পাঁচ) নম্বর সাইজ হবে।

গ) ফুটবলটি অবশ্যই সেক্টর লাইনের ভিতরে পড়তে হবে। বলটি সেক্টর লাইনের উপরে বা স্পর্শ করলে অথবা বাইরে পড়লে সেই থ্রোটি বাতিল বলে গণ্য হবে। দূরত্ব মাপার সময় মেজারিং টেপের মাথাটি (মেটাল হেড) ফুটবল যেখানে গিয়ে পড়েছে (ল্যান্ডিং সেক্টরের ভিতর) সেখানে রাখতে হবে। আর টেপটি টেনে আনতে হবে স্টপ লাইনের ৮ মিটার পিছনে সেন্টার পয়েন্টে। কিন্তু মাপ নিতে হবে বলটি যেখানে পড়েছে সেখান থেকে স্টপ লাইনের ভিতর অবধি। জ্যাভলিং ইভেন্টের সব নিয়মাবলী এখানে প্রযোজ্য হবে। প্রত্যেক প্রতিযোগী তিনটি করে ছোড়ার সুযোগ পাবে।



জ্যাভেলিং থ্রো সেক্টর ফুটবল ছোড়ার জন্য ব্যবহৃত হবে

১৭। যোগাসন প্রতিযোগিতা বালক ও বালিকা সকল বিভাগের জন্য অনুষ্ঠিত হবে।

আসন গ্রুপ ১ নং ঃ পদ্মাসন, অর্ধকুর্মাসন, পশ্চিমোত্তাসন, সুপ্তবজ্রাসন, ভূমাসন, অর্ধমৎসেন্দ্রাসন

আসন গ্রুপ ২ নং ঃ ভুজঙ্গাসন, উস্ট্রাসন, চক্রাসন, ধনুরাসন, গর্ভাসন, একপদশিরাসন

আসন গ্রুপ ৩ নং ঃ বৃক্ষাসন, উৎকটাসন, বীরভদ্রাসন, ত্রিকোণাসন, সর্বাঙ্গাসন, উত্থানপদাসন

‘ক’ বিভাগ (মোট ৫টি আসন)	ঃ	আসন গ্রুপ ১ থেকে ২টি আসন প্রদর্শন করবে (ধারণ সময় ২০ সেকেন্ড) আসন গ্রুপ ২ থেকে ১টি আসন প্রদর্শন করবে (ধারণ সময় ১৫ সেকেন্ড) আসন গ্রুপ ৩ থেকে ১টি আসন প্রদর্শন করবে (ধারণ সময় ১০ সেকেন্ড) গ্রুপের বাইরে থেকে নিজের ইচ্ছামতো ১টি আসন প্রদর্শন করবে (ধারণ সময় ১০ সেকেন্ড)

‘খ’ বিভাগ ও ‘গ’ বিভাগ (মোট ৫টি আসন)	ঃ	আসন গ্রুপ ১ থেকে লটারীর মাধ্যমে ২টি আসন প্রদর্শন করবে (ধারণ সময় ৩০ সেকেন্ড) আসন গ্রুপ ২ থেকে লটারীর মাধ্যমে ১টি আসন প্রদর্শন করবে (ধারণ সময় ২০ সেকেন্ড) আসন গ্রুপ ৩ থেকে ১টি আসন প্রদর্শন করবে (ধারণ সময় ১০ সেকেন্ড) গ্রুপের বাইরে থেকে নিজের ইচ্ছামতো ১টি আসন প্রদর্শন করবে (ধারণ সময় ১০ সেকেন্ড)

যোগাসনের ছবি ও নিয়মাবলী পৃথকভাবে যুক্ত করা আছে।

১৮। পিরামিড ঃ রাজ্যস্তরের প্রতিযোগিতায় অংশগ্রহণকারী প্রত্যেক জেলা দলকে জাতীয় সংহতি এবং ক্রীড়া মানসিকতার প্রতি লক্ষ্য রেখে সর্বাধিক ৩ (তিন) মিনিটের মধ্যে যন্ত্র সংগীত সহ নিজেদের পছন্দ মতো একটি

ফিগার (পিরামিড) গঠন করতে হবে। পিরামিড গঠন প্রক্রিয়ায় যন্ত্র সংগীত ব্যবহার না করলে পয়েন্ট বাদ যাবে। এই প্রতিযোগিতায় অংশগ্রহণকারী প্রথম তিনটি দলকে পুরস্কৃত করা হবে কিন্তু এই প্রতিযোগিতায় অর্জিত পয়েন্ট কখনই সামগ্রিকভাবে বিজয়ী দল স্থির করার জন্য বিবেচিত হবে না। এছাড়াও মাঠের মধ্যে এবং বাইরে ক্রীড়ানৈপুণ্য, ক্রীড়াসুলভ মনোভাব ও সু-আচরণ প্রদর্শনের জন্য একটি জেলা দলকে পুরস্কার হিসেবে 'ফেয়ার প্লে' ট্রফি দেওয়া হবে। এটি একটি ফেরতযোগ্য ট্রফি (রানিং ট্রফি)।

১৯। ৭৫ মিটার, ১০০ মিটার, ২০০ মিটার এবং মিড্‌লে রিলে দৌড় শুরু করা হবে পিস্তলের আওয়াজের সংকেত দিয়ে (সঙ্গে বিশেষ চাহিদা সম্পন্ন প্রতিযোগীদের কথা বিবেচনা করে রঙিন রুমাল ব্যবহার করতে হবে), পরিবর্ত হিসাবে ক্ল্যাপার ব্যবহার করা যেতে পারে (তবে রঙিন রুমালের ব্যবহার বাধ্যতামূলক), কিন্তু কখনই বাঁশি ব্যবহার করা যাবে না।

২০। প্রতি ব্যক্তিগত বিষয়ে প্রথম তিনজন স্থানাধিকারীর প্রাপ্ত পয়েন্ট হবে যথাক্রমে ৫, ৩ এবং ১ কিন্তু মিড্‌লে রিলে দৌড়ের ক্ষেত্রে (দলগত বিষয়) এই পয়েন্ট হবে যথাক্রমে ১০, ৬ এবং ২। যুগ্ম বিজয়ীর ক্ষেত্রে প্রতিযোগীদের ভিতর এই পয়েন্ট সমান ভাবে ভাগ করে দেওয়া হবে।

২১। প্রতিক্ষেত্রে প্রথম, দ্বিতীয় ও তৃতীয় পুরস্কারের ব্যবস্থা থাকবে (জেলা ও রাজ্য দুই পর্যায়েই)।

২২। কর্তৃপক্ষকে অনুরোধ করা হচ্ছে তাঁরা যেন আনুমানিক বয়স নির্ণয়ের জন্য "Rapid Assessment of Approximate Age" ব্যবস্থার প্রচলন করেন। এই ব্যবস্থার জন্য ২ জন স্থানীয় সাধারণ চিকিৎসক (যাঁদের মধ্যে একজন পুরুষ ও অন্যজন মহিলা চিকিৎসক হবেন) ও একজন দন্ত চিকিৎসকের সাহায্য গ্রহণ করতে হবে। এই উদ্দেশ্যে জেলার Chief Medical Officer of Health (CMOH) কে প্রয়োজনীয় সহযোগিতার জন্য লিখিত অনুরোধ করতে হবে। যে প্রতিযোগীর ব্যাপারে সন্দেহের অবকাশ থাকবে, তাদের ক্ষেত্রে বিধিসম্মত ডাক্তারি পরীক্ষার প্রক্রিয়া চালাতে হবে। আনুমানিক বয়স নির্ধারণের জন্য ডাক্তারি পরীক্ষা-নিরীক্ষার প্রক্রিয়া জেলা শারীর শিক্ষা ও যুবকল্যাণ আধিকারিকের দপ্তর ও অবৈতনিক সম্পাদক, জেলা বিদ্যালয় ক্রীড়া সংসদ - এর দ্বারা সমন্বিত হতে হবে। যোগ্য অংশগ্রহণকারীদের প্রয়োজনীয় নথিতে উপরিউক্ত আধিকারিকদের স্বাক্ষর, চিকিৎসকগণের স্বাক্ষর অবশ্যই থাকবে।

২৩। কর্মসূচির অন্তর্গত টেক্‌নিক্যাল বিষয়গুলি অতি অবশ্যই জেলা শারীর শিক্ষা ও যুবকল্যাণ আধিকারিক দপ্তর ও অবৈতনিক সম্পাদক, জেলা বিদ্যালয় ক্রীড়া সংসদ কর্তৃক নিয়ন্ত্রিত হবে। অতএব, এই দুই আধিকারিকের পরামর্শ ও যোগদান সমস্ত টেক্‌নিক্যাল বিষয়েই আবশ্যিক। ট্রাক ও ফিল্ড ইভেন্টস্‌গুলি অবশ্যই জেলা ক্রীড়া সংসদ দ্বারা পরিচালিত হবে জেলা শারীর শিক্ষা ও যুবকল্যাণ আধিকারিক এর প্রত্যক্ষ অধীক্ষণে।

২৪। রাজ্য প্রতিযোগিতায় জিম্‌নাস্টিক ও যোগা -র জন্য বিচারকমন্ডলীতে সংগঠক জেলার পক্ষ থেকে দু'জন বিচারক অন্তর্ভুক্ত হবেন, বাকী বিচারক রাজ্য কমিটির তরফ থেকে পাঠানো হবে। এ্যাথলেটিক্স -এর দৌড় ও লম্ফন -এই দুই বিভাগে রাজ্য কমিটির তরফ থেকে যথাক্রমে দু'জন করে মোট চারজন পর্যবেক্ষক পাঠানো হবে।

২৫। জেলা পর্যায়ের প্রতিযোগিতা সুষ্ঠু পরিচালনার স্বার্থে জেলা ক্রীড়া পরিচালন সমিতিতে নিম্নলিখিত পদাধিকারীদের অংশগ্রহণ আবশ্যিক ঃ

ক) সভাপতি, জেলা প্রাথমিক বিদ্যালয় সংসদ - সভাপতি

খ) জেলা বিদ্যালয় পরিদর্শক (প্রাথমিক শিক্ষা) তথা সচিব, জেলা প্রাথমিক বিদ্যালয় সংসদ - আহ্বায়ক

গ) জেলা শিক্ষা আধিকারিক, সমগ্র শিক্ষা মিশন - সদস্য

ঘ) জেলা শারীর শিক্ষা ও যুবকল্যাণ আধিকারিক - সদস্য

ঙ) জেলা IE সমন্বয়কারী (District IE Coordinator), সমন্বিত শিক্ষা বিভাগ, জেলা সমন্বিত শিক্ষা - সদস্য

চ) জেলা শারীর শিক্ষা সংগঠক - সদস্য

ছ) জেলা পরিষদের শিক্ষা কর্মাধ্যক্ষ- সদস্য

জ) সাধারণ সম্পাদক, জেলা বিদ্যালয় ক্রীড়া সংসদ - সদস্য এবং

ঝ) প্রাথমিক শিক্ষার সাথে যুক্ত শিক্ষক ও কর্মচারী সংগঠনগুলির একজন করে প্রতিনিধি-সদস্য।

ঞ) জেলা পর্যায়ের সকল ক্রীড়া প্রতিযোগিতা সুষ্ঠুভাবে সম্পন্ন করার জন্য পর্ষদ মনোনীত শিক্ষক/শিক্ষিকাবৃন্দ (এই সঙ্গে আলাদা নামের তালিকা সংযুক্ত) - যুগ্ম-সঞ্চালক/সদস্য

ট) প্রত্যেক জেলা যুগ্ম-সঞ্চালক প্রতি চক্রে একজন করে চক্র যুগ্ম-সঞ্চালক মনোনীত করতে পারবেন। প্রত্যেক জেলা সঞ্চালক জেলা স্তরের ক্রীড়া প্রতিযোগিতা সংক্রান্ত এবং প্রত্যেক চক্র সঞ্চালক চক্র স্তরের ক্রীড়া প্রতিযোগিতা সংক্রান্ত সমস্ত মিটিং -এ উপস্থিত থাকবেন।

২৬। জেলা পর্যায়ের প্রতিযোগিতা সুষ্ঠু পরিচালনার স্বার্থে একটি টেক্‌নিক্যাল কমিটি অবশ্যই গঠন করতে হবে। এই কমিটি নিম্নলিখিত পদাধিকারীগণকে নিয়ে গঠন করতে হবে ঃ

ক) সভাপতি, জেলা প্রাথমিক বিদ্যালয় সংসদ - সভাপতি

খ) জেলা শারীর শিক্ষা ও যুবকল্যাণ আধিকারিক - আহ্বায়ক

গ) জেলা বিদ্যালয় পরিদর্শক (প্রাথমিক শিক্ষা) তথা সচিব, জেলা প্রাথমিক বিদ্যালয় সংসদ - সদস্য

ঘ) জেলা শারীর শিক্ষা সংগঠক - সদস্য

ঙ) জেলা শিক্ষা আধিকারিক, সমগ্র শিক্ষা মিশন - সদস্য

চ) স্পেশাল কো-অর্ডিনেটর (জেলা শিক্ষা আধিকারিক দ্বারা মনোনীত), সমন্বিত শিক্ষা বিভাগ, সমগ্র শিক্ষা মিশন

ছ) সাধারণ সম্পাদক, জেলা বিদ্যালয় ক্রীড়া সংসদ - সদস্য

জ) যে মহকুমায় জেলা প্রতিযোগিতা হবে সেই মহকুমা বিদ্যালয় ক্রীড়া সংস্থার সম্পাদক - সদস্য

ঝ) একজন শারীর শিক্ষার শিক্ষক - সদস্য এবং
একজন শারীর শিক্ষার শিক্ষিকা - সদস্যা।

২৭। চক্র পর্যায় থেকে জেলা পর্যায় হয়ে রাজ্য পর্যায় প্রতিযোগিতাসমূহ জেলা শারীর শিক্ষা ও যুব কল্যাণ আধিকারিক, জেলা শিক্ষা আধিকারিক, সমগ্র শিক্ষা মিশন, জেলা সমন্বয়কারী, সমন্বিত শিক্ষা বিভাগ, সমগ্র শিক্ষা মিশন এবং জেলা বিদ্যালয় ক্রীড়া সংসদের সহযোগিতায় সম্পন্ন করতে হবে। বিশেষ চাহিদা সম্পন্ন শিশুদের কথা বিবেচনা করে মহকুমা পর্যায়ের ক্রীড়া প্রতিযোগিতায় Special Educator/s nominated by the District Education Officer, SSM এবং জোন/অঞ্চল/গ্রাম পঞ্চায়েত/ চক্র পর্যায়ের ক্ষেত্রে Special Educator/s nominated by the Sub Inspector of Schools/Circle Project Coordinator of concerned circle প্রাধান্য দিতে জানানো হচ্ছে।

২৮। রাজ্যস্তরের ক্রীড়া প্রতিযোগিতায় কেবলমাত্র জেলাস্তরের প্রতিযোগিতার প্রথম স্থানাধিকারী প্রতিযোগীরাই অংশগ্রহণ করতে পারবে। অর্থাৎ, প্রত্যেক জেলা থেকে একজন করে প্রতিযোগী প্রতি বিষয়ে অংশগ্রহণ করতে পারবে। বিভিন্ন জেলা দলে অংশগ্রহণকারী প্রতিযোগীর সংখ্যা কোনক্রমেই ৩৪ (চৌত্রিশ) জনের বেশি হবে না। এছাড়াও প্রতি জেলা দলের সঙ্গে একজন প্রাথমিক শিক্ষিকা ও একজন প্রাথমিক শিক্ষক অংশগ্রহণকারী প্রতিযোগীদের তদারকির জন্য, দু'জন জেলা সংসদ প্রতিনিধি (একজন প্রাথমিক শিক্ষক ও একজন সংসদ কর্মচারী হওয়া বাঞ্ছনীয়), তিনজন প্রশিক্ষক (একজন মহিলা থাকা বাধ্যতামূলক), জেলা শারীর শিক্ষা ও যুবকল্যাণ আধিকারিক/সংগঠক এবং একজন জেলা দলের ম্যানেজার হিসাবে আসতে পারেন। জেলা দলের মোট সদস্য সংখ্যা ৪৩(৩৪+৯) জনের বেশি হবে না। উক্ত ব্যক্তিগণের পরিবর্তে অন্য কেউ আসতে পারবেন না।

প্রত্যেক অংশগ্রহণকারী জেলা সংসদ সভাপতি, পর্ষদ সদস্য/সদস্যা, জেলা বিদ্যালয় পরিদর্শক (প্রাথমিক শিক্ষা), জেলা প্রকল্প আধিকারিক, কলকাতা পৌর নিগমের মেয়র পারিষদ সদস্য (শিক্ষা) ও মুখ্য প্রবন্ধক (শিক্ষা), শিক্ষা সচিব, গোর্খাল্যান্ড টেরিটোরিয়াল এ্যাড্‌মিনিস্ট্রেশন (জি.টি.এ.) -কে রাজ্যস্তরের প্রতিযোগিতায় অতিথি হিসাবে উপস্থিত থাকার জন্য অবশ্যই অনুরোধ করতে হবে।

২৯। রাজ্য প্রতিযোগিতা উদ্বোধনের আগের দিন অতি অবশ্যই জেলা দলগুলিকে উপস্থিত হতে হবে। কারণ উদ্বোধনের দিন বয়সের শংসাপত্র পরীক্ষা করা হবে না এবং পরীক্ষা করা না হলে ঐ দল প্রতিযোগিতায় অংশগ্রহণের সুযোগ থেকে বঞ্চিত হবে।

৩০। জেলা ও রাজ্য পর্যায়ের ক্রীড়া প্রতিযোগিতার সময় মাঠে ও শিবিরে অ্যাম্বুল্যান্স ও চিকিৎসক সহ প্রাথমিক চিকিৎসার যাবতীয় ব্যবস্থা রাখতে হবে।

রঞ্জন কুমার ঝা
০৮/০১/২৪
(রঞ্জন কুমার ঝা, ডব্লু বিসিএস (এক্সিকিউটিভ))
সচিব
পশ্চিমবঙ্গ প্রাথমিক শিক্ষা পর্ষদ

নং ০৯/১(১৪০)/ডব্লুবিবিপিই/২০২৪ তাং ০৮/০১/২০২৪

অনুলিপি জ্ঞাতার্থে ও প্রয়োজনীয় ব্যবস্থার্থে প্রেরিত হলঃ

১) সচিব, বিদ্যালয় শিক্ষা বিভাগ, পশ্চিমবঙ্গ সরকার, বিকাশ ভবন (৫ম তল), বিধাননগর, কলকাতা ৯১।

২) কমিশনার, বিদ্যালয় শিক্ষা, পশ্চিমবঙ্গ, বিকাশ ভবন (৭ম তল), বিধাননগর, কলকাতা ৯১।

৩) রাজ্য প্রকল্প অধিকর্তা, সর্ব শিক্ষা মিশন, পশ্চিমবঙ্গ, বিকাশ ভবন (২য় তল), বিধাননগর, কলকাতা ৯১।

৪) অধিকর্তা, পশ্চিমবঙ্গ রাজ্য শিশু শিক্ষা মিশন, এল বি ২, সেক্টর ৩, বিধাননগর, কলকাতা ৭০০০৯৮।

৫) উপ-অধিকর্তা (শারীর শিক্ষা), বিদ্যালয় শিক্ষা অধিকার, বিকাশ ভবন (২য় তল), বিধাননগর, কলকাতা ৯১।
বিভিন্ন জেলায় অবস্থিত সরকারি বিদ্যালয়ের প্রধান শিক্ষিকা/শিক্ষকগণকে সংশ্লিষ্ট জেলার প্রাথমিক বিদ্যালয় সংসদের সাথে যোগাযোগ রেখে 'চক্র, জেলা এবং রাজ্যস্তরের অবৈতনিক প্রাথমিক/নিম্ন বুনিয়াদি বিদ্যালয়, মাদ্রাসা ও শিশু শিক্ষা কেন্দ্র সমূহের সকল ছাত্রছাত্রী (বিশেষ চাহিদা সম্পন্ন শিশু সহ) -র জন্য বার্ষিক ক্রীড়া প্রতিযোগিতা ২০২২' অংশগ্রহণ বিষয়ে উদ্যোগ গ্রহণ করতে যথাযথ ব্যবস্থা গ্রহণের জন্য অনুরোধ করা হচ্ছে।

৬) সাধারণ সম্পাদক, রাজ্য বিদ্যালয় ক্রীড়া পর্ষদ, বিকাশ ভবন (৭ম তল), বিধাননগর, কলকাতা ৯১।

৭) সভাপতি, জেলা প্রাথমিক বিদ্যালয় সংসদ, ... জেলা।

৮) জেলা বিদ্যালয় পরিদর্শক (প্রাথমিক শিক্ষা), ... জেলা।

৯) জেলা শারীর শিক্ষা ও যুবকল্যাণ আধিকারিক, ... জেলা।

১০) জেলা প্রকল্প আধিকারিক, সর্ব শিক্ষা মিশন, ... জেলা।

১১) জেলা শিক্ষা আধিকারিক, সমন্বিত শিক্ষা বিভাগ, সর্ব শিক্ষা মিশন, ... জেলা।

১২) সাধারণ সম্পাদক, জেলা বিদ্যালয় ক্রীড়া সংসদ, ... জেলা।

১৩) মুখ্য প্রবন্ধক (শিক্ষা), কলকাতা পৌর নিগম, শিক্ষা বিভাগ, ১ হগ স্ট্রীট, কলকাতা ৭০০ ০৮৭।

১৪) President, Gorkhaland Territorial Administration, Office of the District School Board, Robertson Road, Near Alice Villa, District – Darjeeling, PIN - 734101।

১৫) শ্রী/শ্রীমতী ....।

02/02/24.

সচিব
পশ্চিমবঙ্গ প্রাথমিক শিক্ষা পর্ষদ

সংযুক্তি ঃ

১। পর্ষদ মনোনীত শিক্ষক/শিক্ষিকাবৃন্দের নামের তালিকা
২। 'শপথ বাক্য' -এর নমুনা।
৩। 'যোগ্যতা বিষয়ক শংসাপত্র'
৪। বয়সের যোগ্যতা শংসাপত্র' (Form 5)
৫। জিম্‌নাস্টিক বিষয়ে নির্দেশাবলী ও চিত্র
৬। যোগাসনের নিয়মাবলী ও চিত্র
৭। প্রয়োজনীয় নিয়ম।

অঙ্গীকার

"আমরা অঙ্গীকার করিতেছি যে আমরা অবৈতনিক প্রাথমিক ও নিম্ন বুনিয়াদি বিদ্যালয়, মাদ্রাসা ও শিশু শিক্ষা কেন্দ্র সমূহের ৩৯তম রাজ্য প্রাথমিক বিদ্যালয় ক্রীড়া প্রতিযোগিতার নিয়মাবলী মান্য ও পালন করিয়া প্রকৃত খেলোয়াড়সুলভ মনোভাব লইয়া খেলার গৌরব এবং আমাদের দলের সম্মানার্থে এই প্রতিযোগিতায় অংশগ্রহণ করিব।"

প্রাথমিক বিদ্যালয় ক্রীড়া প্রতিযোগিতা, ২০২৩

যোগ্যতার শংসাপত্র

.... জেলা প্রাথমিক বিদ্যালয় সংসদ বা
কলকাতা পৌর নিগম বা দার্জিলিং জেলা স্কুল বোর্ড

বিষয়ঃ এ্যাথলেটিক্স / জিমনাস্টিক্স / যোগা

বিভাগ ঃ বালক / বালিকা --- ক / খ / গ

প্রতিযোগীর স্বাক্ষরসহ ছবির প্রত্যয়িত প্রতিলিপি

১. প্রতিযোগী/প্রতিযোগিনীর নাম ঃ ____________________

২. পিতার নাম ঃ ____________________

৩. ঠিকানা (মোবাইল নং ও পিন সহ) ঃ ____________________

____

৪. বিদ্যালয়ের নাম ঃ ____________________

৫. চক্রের (Circle) নাম ঃ ____________________

৬. জন্ম তারিখ ঃ __________ ৭. পাঠরত শ্রেণি ঃ __________

৮. প্রতিযোগী বিশেষ চাহিদা সম্পন্ন হলে প্রতিবন্ধকতার ধরন ঃ ____________________

৯. বাংলার শিক্ষা পোর্টলের Student Code ঃ ____________________

১০. পায়ের পাতার মাপ ঃ __________ ১১. কোমরের মাপ ঃ __________

১২. প্রতিযোগী/ প্রতিযোগিনীর স্বাক্ষর ঃ ____________________

(স্বাক্ষর)
প্রধান শিক্ষক/শিক্ষিকা

.... অবৈতনিক প্রাথমিক/
নিম্ন বুনিয়াদি বিদ্যালয় /মাদ্রাসা / শিশু শিক্ষা কেন্দ্র

(প্রতি স্বাক্ষর)
সভাপতি, জেলা প্রাথমিক বিদ্যালয় সংসদ/মুখ্য প্রবন্ধক (শিক্ষা), কলকাতা পৌর নিগম / শিক্ষা সচিব, গোর্খাল্যান্ড টেরিটোরিয়াল এ্যাড্‌মিনিস্ট্রেশন (জি.টি.এ.)

বিঃ দ্রঃ – যোগ্যতার শংসাপত্র ও জন্ম সংক্রান্ত শংসাপত্রের দু'টি করে প্রতিলিপি মূল প্রবেশপত্রের **(entry sheet)** সঙ্গে দিতে হবে।

39th STATE LEVEL ANNUAL SPORTS MEET, 2023

VENUE:

ORG. BY

ATHLETIC TECHNICAL HANDOUT

1. **RULES:** The competition will be held as per the rules and regulation approved by SGFI/ and, West Bengal Board of Primary Education.

2. **UNIFORM OF ATHLETES**: Proper uniform as per the rules only will be allowed for participation.

3. **BIB NUMBER**: The Bib No. issued by the Organizing committee should be fixed in the chest and back with four pins each, except in verticals jumps. No athlete will be allowed to participate without their Bib Numbers supplied by the organizing committee.

4. **CALL ROOMS**: There is one (1) call room, located inside the stadium. The reporting times at the call Rooms is as follows:

a) For Track Events: 30 minutes before the scheduled time.

b) For Field Events (High Jump, Long Jump): 40 minutes before the scheduled time.

5. **WARM UP AREA**: Warm up arena is located near the call room.

6. **STARTING HEIGHT/QUALIFYING DISTANCE**:

Sl. No.	Event	Group - A		Group - B		Group - C	
		BOYS	GIRLS	BOYS	GIRLS	BOYS	GIRLS
1.	HIGH JUMP	1.00m	0.90m	1.10m	1.00m	1.15m	1.05m
2.	LONG JUMP	2.00m	2.00m	2.00m	2.00m	2.00m	2.00m

7. **POINTS:** Championship points will be awarded as per State Committee's rules i.e. for 1st , 2nd & 3rd position 5, 3, & 1 points respectively, in case of joint position holders that point will be divided equally among the all position holders, for relay race 10, 06 & 02 points respectively.

8. **RESULTS:** Day's result and qualifying result for next round will be published within short time at the office, the final result to be provided to the manager only through C.D & hard copy along with International Rules & Regulations.

9. **RESTRICTION**: There is some restriction for entrance inside the stadium for Participants, Coaches & Managers during the meet.

10. **PROTEST**: In case of any dispute protest may be accepted to the Organizing Secretary within 30 minutes after completion of the events. No protest will be entertained against the decision of Referee/ Umpire.

11. **STARTS:** All races shall be started by the gun fired upwards, recalls by blowing the whistle repeatedly by the recall starters. Any athlete responsible for a **FALSE START SHALL BE WARNED.**

12. **QUALIFY TO FINAL ROUND RACE**: In case of 3 heats- 1st, 2nd position holder and best 2 (two) looser timer's shall be qualified for final race. The lane order for final run as follows for Shuttle & 75 M run

Lane No	1	2	3	4	5	6	7	8
POSITION AS PER TIME IN HEAT								

For 100 Mts. , 200m

Lane No	1	2	3	4	5	6	7	8
POSITION AS PER TIME IN HEAT								

For 4x100Mts. Relay

Lane No	1	2	3	4	5	6	7	8
POSITION AS PER TIME IN HEAT								

13. **QUALIFY TO FINAL ROUND IN THE HORIZANTAL JUMPS** : In case of more than Eight(8) participants best of three trials shall be provided, followed by additional 3(three) trials will be provided in reverse order of performance, followed by 5th trial again reverse order of performance shall be followed for final trial (8th).

14. In **Midley relay (70 meter + 90 meter + 110 meter + 130 meter) race** it is mandatory for all runners to follow the order of groups for first lags to 4th as per group A-B-C & other.

জিমন্যাস্টিক্স এর নিয়মাবলী (২০২৩)

১) জিমন্যাস্টিক্স এর মাঠ টি হল ১২মিটার দৈর্ঘ্য ও ১২ মিটার প্রস্থের একটি চুনের দাগ বিশিষ্ট বর্গাকার ক্ষেত্র। এই প্রতিযোগিতায় যে যে জিমন্যাস্টিক্স এর এলিমেন্টস (ব্যায়াম) গুলি পর পর করতে হবে সেগুলি নিম্নে তার ছবি সহ বিবরণ দেওয়া আছে। এই ব্যায়াম গুলি বাদে অন্যান্য ব্যায়াম অথবা যোগ ব্যায়ামের কোনও মূদ্রা করলে তা গ্রহণ বা মূল্যায়ন করা হবে না।

২) জিমন্যাস্টিক্স প্রতিযোগিতার বিচারক হবেন আয়োজক জেলার বা রাজ্যের বা দেশের আর্টিস্টিক জিমন্যাস্টিক্স সংস্থার স্বীকৃত (৪) চার জন বিচারকগণ। যা, জেলা প্রতিযোগিতায় (৬) ছয় জন বিচারকগণ ও রাজ্য প্রতিযোগিতায় (৮) আট জন বিচারকগণ থাকবেন। রাজ্য প্রতিযোগিতায় এই (৮) আট জন বিচারকগণ পিরামিড জিমন্যাস্টিক্স এর ও মূল্যায়ন করতে পারবেন ।

৩) একজন বালক বা বালিকা জিমন্যাস্ট এর ক্রীড়াকৌশল প্রদর্শন এর সময় (৯০) নব্বই সেকেন্ড। এর মধ্যে তার ব্যায়াম শেষ করতে হবে। প্রধান বিচারক (স্টার্ট) "শুরু কর" বলার সাথে ব্যায়ামএর সময় আরম্ভ হবে। (৭০) সত্তর সেকেন্ডের মাথায় একটা "সতর্কীকরণ" বেল বাজবে এবং (৯০) নব্বই সেকেন্ডের মাথায় "ব্যায়াম সমাপ্তির" বেল বাজবে।

৪) একজন বালক বা বালিকা জিমন্যাস্ট এর ক্রীড়াকৌশল প্রদর্শন এর পূর্ণ মান (২০.০০) কুড়ি নম্বর। যার মধ্যে (১০.০০) দশ নম্বর ডিফিকাল্টী ভ্যালু (D Score) এবং (১০.০০) দশ নম্বর একজিকিউশান ভ্যালু (E Score) ।

৫) (D Judge) প্রধান বিচারকগনের কাজ বালক বা বালিকা জিমন্যাস্ট এর সম্পূর্ণ ক্রীড়াকৌশলের বা ব্যায়ামের ডিফিকাল্টী ভ্যালু (D Score) বার করা এবং (E Judge) সহঃ বিচারকগনের কাজ বালক বা বালিকা জিমন্যাস্ট এর সম্পূর্ণ ক্রীড়াকৌশলের বা ব্যায়ামের একজিকিউশান ভ্যালু (E Score) বার করা । ব্যায়ামের ডিফিকাল্টী ভ্যালু (D Score) থেকে ব্যায়ামের একজিকিউশান ভ্যালু (E Score) বিয়োগ করে একজন বালক বা বালিকা জিমন্যাস্ট এর ক্রীড়াকৌশল প্রদর্শন এর (Final Score) চূড়ান্ত ফল পাওয়া যায় ।

৬) ডিফিকাল্টী ভ্যালু (D Score) নিয়মঃ

ব্যায়ামের মান (Element Value)				
A	B	C	D	E
0.20	0.40	0.60	0.80	1.00

No.	আবশ্যিক ব্যায়াম (E.G.R or C.R.)	Points
I	Static Element (Boys) & Two different Leap Jumps (Girls)	0.50
II	Forward Acrobatic element	0.50
III	Backward Acrobatic element	0.50
IV	Dismount (Forward or Backward Tuck Salto)	0.50
	Total	2.00

অতিরিক্ত পয়েন্ট (Bonus Points)		
1.	Salto height above the shoulder level & Fixed landing of Salto (Boys)	0.10, 0.20
2.	Good Flexibility & Graceful Choreography with performance (Girls)	0.10, 0.20

৭) একজিকিউশান ভ্যালু (E Score) নিয়মঃ

সংক্ষিপ্ত ব্যায়ামের নিয়ম (Short Element Rules)		ত্রুটি নির্ণয়ের নিয়ম (Deduction Rules)	
7 Elements or More	10.00	Small Errors	0.10
6 Elements	9.00	Medium Errors	0.30
5 Elements	8.00	Large Errors	0.50
4 Elements	6.00	Fall	1.00
3 Elements	4.00	Others Errors	As per FIG COP
1 or 2 Elements	2.00	Any Violations	As per FIG COP

৮) সম্পূর্ণ ব্যায়ামের নম্বরের বিভাজনঃ

ব্যায়ামের মোট মান (D Value)	= ৭.৮০	(7.80)
আবশ্যিক ব্যায়ামের মান (EGR/CR)	= ২.০০	(2.00)
আতিরিক্ত পয়েন্ট (Bonus Points)	= ০.২০	(0.20)
মোট ডিফিকাল্টী ভ্যালু (D Score)	= ১০.০০	(10.00)
মোট একজিকিউশান ভ্যালু (E Score)	= ১০.০০	(10.00)
ব্যায়ামের পূর্ণ মান (Total Score Value)	= ২০.০০	(20.00)

COMPULSORY ROUTINE FOR FLOOR EXERCISE (BOYS & GIRLS)

FLOOR EXERCISE (BOYS)

1) Standing at corner, 2-3 running steps, one leg Handspring(B) to Round off(A) Backflip(C).
2) Split sit in three directions (Left side, Frontal side & Right side) (B+B+B)
3) From frontal side Split Press Handstand (hold 2 sec.) (D)
4) Handstand to Forward roll and stand up with straight arm & straight legs. (D)
5) T balance (hold 2 sec.) (C)
6) Straight arms& straight legs Backward roll to Prone position (hold 2 sec.) (D)
7) Jump Straight 360° turn. (C)
8) 2-3 running steps, Dive roll or Fly Spring. (D)
9) 2-3 running steps, Forward Salto tuck or Round off Backward Salto tuck. (E)

ফ্লোর এক্সারসাইজ (বালক)

1) কোণে দাঁড়ানো, 2-3টি স্টেপ দৌড়ে এক পায়ে হ্যান্ডস্প্রিং(B) থেকে রাউন্ড অফ(A) ব্যাকফ্লিপ(C)
2) তিন দিকে স্প্লিট সিটে বসা (বাম দিকে, সামনের দিক এবং ডান দিকে) (B+B+B)
3) স্প্লিট সিট থেকে স্প্লিট প্রেস হ্যান্ডস্ট্যান্ড (2 সেকেন্ড ধরে রাখা) (D)
4) হাত সোজা করে হ্যান্ডস্ট্যান্ড থেকে ফরওয়ার্ড রোল এবং সোজা পায়ে দাঁড়ানো (D)
5) টি ব্যালেন্স (2 সেকেন্ড ধরে রাখা) (C)
6) হাত এবং পা সোজা করে ব্যাকওয়ার্ড রোল থেকে প্রোন পজিশনে আসা (2 সেকেন্ড ধরে রাখা) (D)
7) জাম্প করে 360° টার্ন করে সোজা দাঁড়ানো। (C)
8) 2-3টি স্টেপ দৌড়ে ডাইভ রোল অথবা ফ্লাই স্প্রিং। (D)
9) 2-3টি স্টেপ দৌড়ে, হাঁটু মুড়ে ফরোয়ার্ড স্যাল্টো (টাক পজিশন) অথবা রাউন্ড অফ থেকে হাঁটু মুড়ে ব্যাকওয়ার্ড স্যাল্টো (টাক পজিশন)। (E)

FLOOR EXERCISE (GIRLS)

1) Standing at corner, 2-3 running steps, one leg Handspring(B) to Round off(A) Backflip(C).
2) Split sit in three directions (Left side, Frontal side & Right side) (B+B+B)
3) From frontal side Split Press Handstand (hold 2 sec.) (D)
4) Handstand to Forward roll and stand up with straight arm & straight legs. (D)
5) T balance (hold 2 sec.) (C)
6) Straight arms & straight legs Backward roll to Prone position (hold 2 sec.) (D)
7) One leg 360° turn (Left straight leg on toe and right leg tuck) (C)
8) 2-3 running steps, Two different leap jumps. (B+B)
9) 2-3 running steps, Forward Salto tuck or Round off Backward Salto tuck. (E)

- Dance with only music must for girls and good choreography within stipulated time.

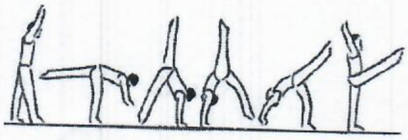
ফ্লোর এক্সারসাইজ (বালিকা)

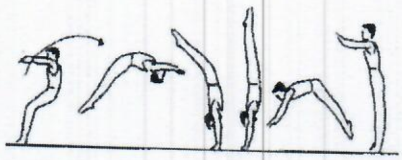
1) কোণে দাঁড়ানো, 2-3টি স্টেপ দৌড়ে এক পায়ে হ্যান্ডস্প্রিং (B) থেকে রাউন্ড অফ (A) ব্যাকফ্লিপ (C)
2) তিন দিকে স্প্লিট সিটে বসা (বাম দিকে, সামনের দিক এবং ডান দিকে) (B+B+B)
3) স্প্লিট সিট থেকে স্প্লিট প্রেস হ্যান্ডস্ট্যান্ড (2 সেকেন্ড ধরে রাখা) (D)
4) হাত সোজা করে হ্যান্ডস্ট্যান্ড থেকে ফরওয়ার্ড রোল এবং সোজা পায়ে দাঁড়ানো (D)
5) টি ব্যালেন্স (2 সেকেন্ড ধরে রাখা) (C)
6) হাত এবং পা সোজা করে ব্যাকওয়ার্ড রোল থেকে প্রোন পজিশনে আসা (2 সেকেন্ড ধরে রাখা) (D)
7) বাম পা টো এর উপর সজা রেখে ডান পা হাঁটু মুড়ে 360° টার্ন করে দাঁড়ানো। (C)
8) 2-3টি স্টেপ দৌড়ে দুটি ভিন্ন ধর্মী লিপ জাম্প। (B+B)
9) 2-3টি স্টেপ দৌড়ে, হাঁটু মুড়ে ফরোয়ার্ড স্যাল্টো (টাক পজিশন) অথবা রাউন্ড অফ থেকে হাঁটু মুড়ে ব্যাকওয়ার্ড স্যাল্টো (টাক পজিশন)। (E)

* মেয়েদের জন্য শুধুমাত্র মিউজিকের সাথে নির্ধারিত সময়ের মধ্যে ভাল কোরিওগ্রাফি আবশ্যিক।

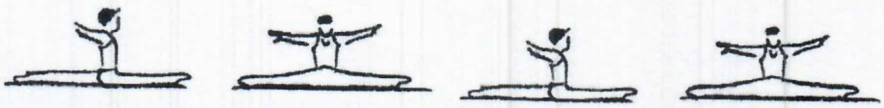
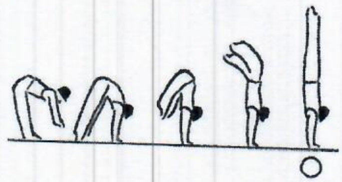
জিমন্যাস্টিক্‌স এলিমেন্টস (ফিগার) -এর সচিত্র বিবরণী

(Pictorial Diagram of Compulsory Exercise)



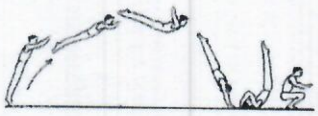
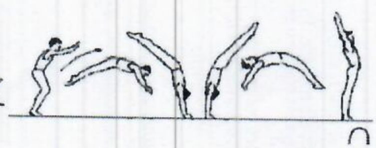


1. One leg Handspring   Round off   Backflip (Continuous)

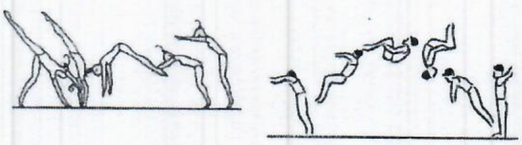



2. Split sit in three directions (Left side, Frontal side & Right side)   3. Press Handstand (hold 2 sec.)

4. Handstand to Forward roll and stand up (with straight arm & straight legs)   5. T balance (hold 2 sec.)   6. Backward roll to Prone position (with straight arm & straight legs)

7. Jump Straight 360° turn (Boys) / One leg 360° turn (Girls)   8. Dive Roll   or   Fly Handspring (Boys)



Leap Jump 1 & Leap Jump 2 (Girls)   9. Round off Backward Salto Tuck   or   Forward Salto Tuck

পিরামিড প্রতিযোগিতার নিয়মাবলী - ২০২৩

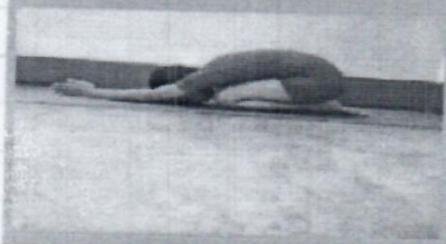
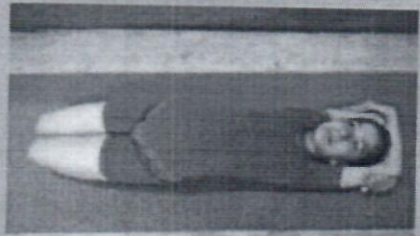
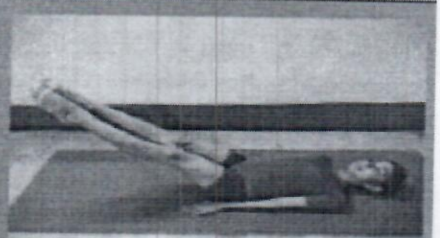
এটি একটি দলগত প্রতিযোগিতা যা জেলা দলের একাত্মবোধ ও নৈতিকতা উন্নত করার জন্য পরিচালিত হয়।

- প্রতি জেলার সঙ্গে করে আনা নিজস্ব দেশাত্মবোধক গান পিরামিড ক্রীড়াকৌশল প্রদর্শনের সময় বাজানো আবশ্যিক।
- প্রতিটি জেলা দলে নূন্যতম ০৬ এবং সর্বাধিক ২৪ জন খেলোয়াড় এই প্রতিযোগিতায় অংশগ্রহণ করতে পারবে।
- প্রতিটি দল নিজ নিজ পিরামিড প্রতিযোগিতায় সর্বাধিক ০৩ টি বা নূন্যতম ০১ টি পিরামিড প্রদর্শন করবে।
- একটি জেলা দলের পিরামিড এর ক্রীড়াকৌশল প্রদর্শন এর সর্বোচ্চ সময় (০৩) তিন মিনিট। এর মধ্যে তার ব্যায়াম শেষ করতে হবে। প্রধান বিচারক (স্টার্ট) "শুরু কর" বলার সাথে ব্যায়ামএর সময় আরম্ভ হবে। (০২) দুই মিনিটের মাথায় একটা "সতর্কীকরণ" বেল বাজবে এবং (০৩) তিন মিনিটের মাথায় "ব্যায়াম সমাপ্তির" বেল বাজবে।
- ০৮ জন বিচারকের একটি প্যানেল পিরামিডের ব্যায়ামগুলির মূল্যায়ন করবেন। আটটি স্কোর থেকে, দুটি সর্বোচ্চ এবং দুটি সর্বনিম্ন স্কোর উপেক্ষিত হবে এবং মধ্যম চারটি স্কোরের গড় চূড়ান্ত স্কোর হিসাবে বিবেচিত হবে।
- পিরামিড প্রতিযোগিতায় অংশগ্রহণকারীদের জেলা দলের সদস্য হতেই হবে, অতিরিক্ত খেলোয়াড় অনুমোদিত নয়।

Pyramid Competitions: -

It is a team competition which is conducted to improve the sense of unity and morale of the district team.

- Each district has its own patriotic song to be played during the Pyramid demonstration.
- Minimum 06 and maximum 24 players in each district team can participate in this competition.
- Each team will display a maximum of 03 or a minimum of 01 pyramids in their respective pyramid competition. The maximum time of a district team's pyramid show is (03 min.) three minutes. In the meantime, he has to finish his exercise. The exercise time will begin with the Chief Judge saying "Start". A "warning" bell will ring at the end of (02 min.) two minutes and "end of exercise" bell will ring at the end of (03 min.) three minutes.
- A panel of 08 judges will evaluate the pyramid exercises. Out of eight scores, highest and lowest scores will be ignored and the average of the middle four scores will be considered the final score.
- Participants in the pyramid competition must be members of the district team, additional players are not allowed.

ASAN GROUP - 1	ASAN GROUP - 2	ASAN GROUP - 3
পদ্মাসন	ভূজঙ্গাসন	বৃক্ষাসন
		
অর্ধকুর্মাসন	উষ্ট্রাসন	উৎকটাসন
পশ্চিমোত্তাসন	চক্রাসন	বীরভদ্রাসন
		
সুপ্তবজ্রাসন	ধনুরাসন	ত্রিকোণাসন
ভূমাসন	গর্ভাসন	সর্বাঙ্গসন
		
অর্ধমৎসেন্দ্রাসন	একপদশিরাসন	উত্থানপদাসন