

APSTIPRINU
Tukuma novada izglītības pārvaldes vadītāja


Dace Strazdiņa
Tukumā 01.09.2023.

Tukuma novada skolēnu sporta olimpiādes

NOLIKUMS 2023./2024.m.g.

**Tukumā
2023**

1. Mērķis un uzdevumi

Sekmēt Tukuma novada skolēnu un jauniešu iesaistīšanos sporta aktivitātēs;

- 1.1. veicināt sporta attīstību novadu mācību iestādēs, pilnveidot audzēkņu vispusīgu attīstību;
- 1.2. sekmēt mācību iestāžu audzēkņu iesaistīšanu ārpusstundu sporta pasākumos, lai nodrošinātu kvalitatīvu mācību programmas vielas apguvi;
- 1.3. veicināt talantīgāko audzēkņu atlasīšanu sporta rezervju sagatavošanai;
- 1.4. noskaidrot labākās skolu komandas.

2. Sacensību rīkošanas vieta un laiks

- 2.1. Sacensības notiek visu mācību gadu pēc apstiprināta kalendāra (pielikums nr.1) skolu un citu organizāciju sporta bāzēs.
- 2.2. Skolu komandas iedala divīzijās atkarībā no skolēnu skaita skolā (skolas, kurās ir vairāk par 350 skolēniem, piedalās 1.divīzijas ieskaitē, pārējo skolu komandas var izvēlēties 1. vai 2.divīziju, ja kopumā ir pieteikušās vairāk par sešām komandām).
- 2.3. Sacensības tiek rīkotas atbilstoši sporta spēļu nolikumiem (pielikums nr.2).

3. Sacensību vadība

- 3.1. Sacensības organizē un vada Tukuma novada pašvaldības sporta organizatori un iecelta tiesnešu kolēģija.

4. Sacensībās iegūto punktu sistēma

Skolas saņem šādus punktus par izcīnītajām vietām:

1.divīzija:

- 1.vieta – 30 punkti
- 2.vieta – 27 punkti
- 3.vieta – 25 punkti
- 4.vieta – 23 punkti
- 5.vieta – 21 punkts
- 6.vieta – 19 punkti
- 7.vieta – 17 punkti
- 8.vieta – 15 punkti
- 9.vieta – 13 punkti

2. divīzija:

- 1.vieta – 20 punkti
- 2.vieta – 18 punkti
- 3.vieta – 16 punkti
- 4.vieta – 14 punkti
- 5.vieta – 12 punkti
- 6.vieta – 10 punkti
- 7.vieta – 8 punkti
- 8.vieta – 6 punkti
- 9.vieta – 4 punkti

5. Kopvērtējums

- 5.1. Skolu kopvērtējumā tiek ņemti vērā 5 sporta veidi, kuros skolu komandām ir augstāki rezultāti.
- 5.2. Ja punktu summa ir vienāda, tad augstāku vietu iegūst tā skola, kurai ir vairāk iegūtu augstāku saniegunu/rezultātu.

5.Pieteikumi

- 5.1. Vieglatlētikas sacensību pieteikumi (pielikums nr.3) jānosūta elektroniski līdz iepriekšējai pirmdienai, pārējo sacensību pieteikumi jāiesūta līdz iepriekšējās nedēļas ceturtdienai vai organizatoru norādītajam termiņam.
- 5.2. Sacensību pieteikumus jānosūta uz e-pastu kaspars.baumanis@tukums.lv.
- 5.3. Par pieteikumā uzrādīto skolēnu dzimšanas datu pareizību ir atbildīgs sporta skolotājs.
- 5.4. Minēto norādījumu neievērošanas gadījumā organizatori var lemt par komandas diskvalificēšanu.

5.5. Komandas, kuras ierodas sacensībās bez skolotāja, trenera vai cita ar skolas direktora parakstu apstiprināta komandas atbildīgā pārstāvja, pie starta netiek pielaistas un par šo gadījumu tiek informēts skolas direktors.

6. Apbalvošana

6.1. 1. un 2. divīziju 1.-3. vietu ieguvējas komandas un individuālo sporta veidu dalībniekus apbalvo ar medaļām.

6.2. 1. divīzijas uzvarētāji izcīna tiesības startēt Zemgales reģiona rīkotajās sacensībās. Ja uzvarētājs atsakās piedalīties sacensībās, tad tiesības startēt ir secīgi nākamajiem.

7. Drošības noteikumi sporta pasākumos

7.1. Saskaņā ar Ministru kabineta 2023. gada 22. augusta noteikumiem Nr. 474

„Kārtība, kādā nodrošināma izglītojamo drošība izglītības iestādēs un to organizētajos pasākumos”

7.2. Noteikumi nosaka kārtību, kādā nodrošināma izglītojamo profilaktiskā veselības aprūpe, pirmā palīdzība un drošība izglītības iestādēs un to organizētajos pasākumos:

7.2.1. Rīkojot sporta sacensības īrētās telpās, sacensību organizatori iepazīstas ar uzraudzības dienestu atzinumiem par telpu atbilstību normatīvajos aktos noteiktajām prasībām, kā arī saskaņo ar sporta bāzes vadītāju sacensību norises laiku, vietu.

7.2.3. Sporta bāžu administrācija ir atbildīga par telpu un to aprīkojuma piemērotību, inventāra nostiprinājumu un atbilstību ekspluatācijas un drošības prasībām.

7.2.4. Pirms sacensībām galvenais tiesnesis pārliecinās par telpu tehniskā nodrošinājuma piemērotību attiecīgajam pasākumam. Sporta sacensības un nodarbības notiek tikai tādos laika apstākļos, kas neapdraud izglītojamo veselību un drošību.

7.2.5. Sporta sacensībās ir klāt medicīnas darbinieks, vai vadītāja norīkota par pirmās palīdzības sniegšanu atbildīgā persona.

7.2.6. Sacensībās par izglītojamo drošību un kārtību atbild sporta skolotājs vai cita pavadošā persona.

**Tukuma novada skolēnu sporta olimpiādes
PASĀKUMA KALENDĀRS
2023./2024.mācību gadam**

Norises datums	Pasākums, aktivitāte	Mērķauditorija	Vieta, laiks
Septembris			
5.09.2023.	Sporta skolotāju seminārs	Sporta skolotāji	Tukuma Valsts Raiņa ģimnāzija, plkst. 13.00
5.09.2023.	Zemgales reģiona sporta MA vadītāju seminārs	Sporta metodiķi	Bauska plkst. 11.00
Oktobris			
10.10.2023.	Rudens krosa skriešanas sacensības 2005./2007.g.dzim. 2008./2009.g.dzim. 2010./2011.g.dzim. 2012./2013.g.dzim. 2014./2016.g.dzim	Skolēni	Tukuma pilsētas parks 10:00
31.10.2023.	Futbols 2012./2013.g.dzim. 2010./2011.g.dzim. 2008./2009.g.dzim. 2005./2007.g.dzim.	Skolēni	Pauzera pļavas, mākslīgais futbola laukums plkst. 09.00
Novembris			
14.11.2023.	Basketbols 2010./2011. g. dzim. 2005./2007.g.dzim.	Skolēni	Tukuma Sporta skola plkst. 09.00
28.11.2023.	Basketbols 2008./2009.g.dzim. 2012./2013. g. dzim.	Skolēni	Tukuma Sporta skola plkst. 09.00
Decembris			
12.12.2023.	Tautas bumba 2012./2013.g.dzim.	Skolēni	Tukuma Sporta skola plkst. 09.00
Janvāris			
16.01.2024.	Volejbols 2005./2007.g.dz.	Skolēni	Tukuma Sporta skola plkst. 09.00

16.01.2024.	Basketbols Oranžā bumba 2008. /2009.g.dz.	Zemgales reģiona skolu komandas	Ķekavas novads plkst. 10.00	
23.01.2024.	Basketbols Oranžā bumba. 2010./2011.g.dz.	Zemgales reģiona skolu komandas	Tukuma sporta skola/ Jaunpils sporta nams plkst. 10.00	
30.01.2024.	Basketbols Vidusskolu kauss 2005./2007. g.dz.	Zemgales reģiona skolu komandas	Bauskas novads plkst.10.00	
30.01.2024.	Volejbols 2008.g.dzim. un jaunāki	Skolēni	Tukuma Sporta skola plkst. 09.00	
Februāris				
06.02.2024.	Tautas bumba 2012./2013.g.dz.	Zemgales reģiona skolu komandas	Dobeles novads plkst. 10.00	
13.02.2024.	Volejbols 2005 ./2007 . g. dzim.	Zemgales reģiona skolu komandas	Jelgavas novads	
13.02.2024.	Florbols 2008./2009.g.dzim.	Skolēni	Irlavas Sporta nams plkst. 09.00	
20.02.2024.	Basketbols Jauno basketbolistu kauss	Zemgales reģiona skolu komandas	Tukuma novads plkst.10.00	
27.02.2024.	Florbols 2005./2007.g.dzim. 2010./2011.g.dzim.	Skolēni	Irlavas Sporta nams plkst. 09.00	
27.02.2024.	Volejbols 2008.g.dz. un jaunāki	Zemgales reģiona skolu komandas	Jelgavas novads	
Marts				
12.03.2024.	Drošie un veiklie 2013./2014.g.dzim.	Skolēni	Smārdes pamatskola plkst. 09.00	
Aprīlis				
02.04.2024.	Drošie un veiklie 2013./2014.g.dz.	Zemgales reģiona skolu komandas	Bauskas novads plkst. 10.00	
09.04.2024.	Florbols 2010./2011.g.dz.	Zemgales reģiona skolu komandas	Tukuma novads	
23.04.2024.	Futbols 7:7	Zemgales reģiona skolu komandas	Jelgavas pilsēta plkst. 10 ⁰⁰	2012./2013.g.dz.
				2010./2011.g.dz.
				2008./2009.g.dz.
				2004./2007.g.dz

30.04.2024.	Pavasara kross 2005./2007.g.dzim. 2008./2009.g.dzim. 2010./2011.g.dzim. 2012./2013.g.dzim. 2014./2016.g.dzim	Skolēni	Tukuma pilsētas parks 10.00	
Maijs				
14.05.2024.	„Olimpiskās dienas - vieglatlētikā	Skolēni	TSS stadionā 09.30	
21.05.2024.	Zemgales reģiona v/atl „U-12” un „U-14” grupām(2010./2011.g.dz. un 2012./2013.g.dz.)	Zemgales reģiona skolu komandas	Tukums plkst.11.00	

Sacensību nolikumi

Sporta spēles

TAUTAS BUMBA

Komandas sastāvs - 9 spēlētāji plus divi rezervisti un 1 skolotājs. Sacensības zēniem un meitenēm notiek atsevišķi. Spēles ilgums - 2 x 5 min., laukums - 9 x 18 m. Spēlē ar volejbola treniņu bumbu. Spēles visām komandām notiek ar organizatoru nodrošinātu bumbu. No novada drīkst startēt 4 komandas (divas zēnu un divas meiteņu komandas).

Noteikumi:

1. Spēles laikā, blakus savas komandas laukumam (1,5 m attālumā no laukuma līnijas), drīkst atrasties tikai viens komandas pārstāvis. Rezerves spēlētāji sēž uz rezervistu sola.

2. Komandas pārstāvis piesaka galvenajam tiesnesim maiņas un spēles pārtraukumus. Skolotājs katrā puslaikā drīkst pieprasīt vienu - 20 sekunžu pārtraukumu. Pārtraukumu var pieteikt, kad bumba atrodas ārpus spēles, vai pie komandas, kuras pārstāvis to vēlas pieteikt pārtraukumu. Spēlētāju un kapteiņu maiņu drīkst izdarīt pārtraukumā vai pēc 1. puslaika.

3. Spēlē piedalās 7 spēlētāji – 6 laukumā spēlētāji un komandas kapteinis, kurš atrodas aiz pretinieka komandas laukuma gala līnijas. Spēli sāk ar kapteiņa pār metienu savai komandai.

4. Dalībniekiem, kuriem trāpa ar bumbu, jāatstāj laukums. Kapteinim un palīgiem /izsistie dalībnieki/ ir aizliegts, skrienot pēc bumbas, šķērsot sānu un gala laukuma līnijas un mest bumbu no sānu līnijas. Izsistie dalībnieki drīkst mest un izsist pretinieka komandas dalībniekus.

5. Ieskaita tikai tiešu trāpījumu (pēc bumbas atlēciena no grīdas vai no cita spēlētāja trāpījums neskaitās).

6. Ja spēlētājs, kurš atrodas laukumā, pārtver bumbu lidojumā, tad viņš var pats mest bumbu, atdot to savas komandas biedram vai kapteinim.

7. Spēlētāji, izpildot metienu, nedrīkst pārkāpt vai uzkāpt uz laukuma robežlīnijas. Šī pārkāpuma gadījumā bumba nododama pretiniekam, bet ja šādā metienā ir trāpīts pretiniekam, tas neskaitās. Ja izvairoties no pretinieka metiena vai notverot spēcīgu pretinieka metienu spēlētājs pārkāpj laukuma līniju, tad viņš ir izsists.

9. Ja ņemot bumbu, spēlētājs to izlaiž no rokām, trāpījums skaitās jebkurā gadījumā, izņemot, ja spēlētājs atkārtoti to noķer, pirms bumba skārusi citu spēlētāju vai grīdu.

10. Ja bumba nokrīt ārpus laukuma, tad līdz iedomātajam viduslīnijas pagarinājumam to drīkst ņemt tikai tās komandas kapteinis un viņa palīgi, kura pusē bumba ir atrodas.

11. Ja komanda novilcina metienu vai saspēlējas, nemēģinot trāpīt pretiniekam, bumbu atdot pretinieka komandai (to izšķir vecākais tiesnesis). Atļauts izdarīt 2 saspēles starp kapteini un komandu, pēc kurām jāseko metienam pa pretinieka komandas spēlētāju.

12. Kad visi laukuma spēlētāji ir izsisti, laukumā iet kapteinis un viņam tiek atdota bumba. Šajā brīdī spēle netiek pārtraukta.

13. Spēles puslaiks beidzas, ja tiek izsists kapteinis vai ir pagājušas spēles puslaika 5 (piecas) minūtes.

14. Ja kāds no komandas (laukuma spēlētājs, kapteinis, rezervists, skolotājs vai cita ar komandu saistīta persona) spēles laikā uzvedas nesportiski, tiesnesis komandu soda, pieskaitot trāpījumu. Atkārtotu pārkāpumu gadījumā personu nesportiskas uzvedības dēļ, tiesnesis drīkst piešķirt zaudējumu puslaikā ar — 0 (nulle) punktu = W : 9. Atkārtotas nedisciplinētības gadījumā komandu diskvalificē.

15. Uzvar komanda, kura abos puslaikos kopā izsitusi no spēles vairāk pretinieka komandas spēlētājus.

16. Spēles rezultātu nosaka saskaitot laukumā palikušos spēlētājus un kapteini. Spēlēs par godalgotajām vietām (finālspeles) neizšķirta rezultāta gadījumā spēlē 3 min. pagarinājumu un sāk ar pilnu sastāvu. Pirms spēles pagarinājuma skolotājs var pieprasīt 1 (vienu) minūtes pārtraukumu.

17. Par uzvaru komanda iegūst 3 punktus; par neizšķirtu — 2 punktus; par zaudējumu — 1 punktu; par neierašanos uz spēli (atteikšanās turpināt spēli) vai par sodu komanda saņem nulle punktu — 0 (nulle) = W : 9.

18. Vienāda punktu skaita gadījumā augstāku vietu iegūst savstarpējas spēles uzvarētāja komanda. Ja tā beigusies neizšķirti, priekšroka komandai, kurai labāka punktu starpība visās spēlēs.

VOLEJBOLS

Zēni un meitenes startē atsevišķās komandās. Komandas sastāvs 10 dalībnieki

Spēle notiek 6 : 6, tīkla augstums: jauniešiem: 2,43 m, jauniešiem: 2,24m

zēniem: 2,35 m, meitenēm: 2,20 m.

Komandas spēlē bez "libero" spēlētāja. Spēles ilgums – atkarīgs no pieteikto komandu skaita.

Par uzvaru spēlē komanda saņem 3 punktus ar rezultātu 2:0, ja uzvar ar 2:1 saņem 2 punktus. Ja komanda zaudē ar rezultātu 1:2 saņem 1 punktu, ja komanda zaudē ar 0:2 saņem 0 punktus. Ja divām vai vairākām komandām ir vienāds punktu skaits, tad vietu kārtību nosaka pēc iegūto un zaudēto punktu summas attiecības savstarpējā spēlē. Katrā setā skolotājs var pieprasīt vienu tehnisko pārtraukumu.

BASKETBOLS

Komandas sastāvā 10 dalībnieki. Jaunietes un jaunieši, zēni un meitenes spēlē atsevišķi

Spēles notiek pēc FIBA basketbola noteikumiem.

Pēdējā minūtē tiek ņemts tīrais laiks. Katrā puslaikā soda metienus izpilda pēc 4-ās komandu piezīmes. Katrā puslaikā atļauts viens komandas pārtraukums. Neizšķirta gadījumā - 3 minūšu pagarinājums. Par uzvaru komanda iegūst 2 punktus, par zaudējumu - 1 punktu, par neierašanos uz spēli 0 punktus ar rezultātu W : 20. Spēļu kārtību noteiks, vadoties no pieteikto komandu skaita un izlozes.

Piezīme.

„Oranžā bumba” jaunākajā grupā spēles notiek uz lielajiem 305 cm groziem ar mini /Nr.5/ izmēra bumbām. „Minibasketbolā” uz zemajiem 260 cm groziem.

FUTBOLS

Visās vecuma grupās sacensības notiek pēc "mazā futbola" 7 : 7 noteikumiem.

Spēles ilgums: atkarīgs no pieteikto komandu skaita

Par uzvaru komanda iegūst 3 punktus, par neizšķirtu - 1 punktu, par zaudējumu – 0 punktus.

Komandā var pieteikt **10 spēlētājus**.

Vienādas punktu summas gadījumā, divām vai vairākām komandām, augstāku vietu ieņem tā komanda, kurai:

- labāki rādītāji savstarpējās spēlēs (punkti, vārtu starpība, gūtie vārti),
- vairāk uzvaru visās spēlēs,
- labāka iegūto un zaudēto vārtu starpība visās spēlēs,
- labāks vārtu guvums visās spēlēs.

Par neierašanos uz spēli komandai piešķir zaudējumu W :7.

FLORBOLS

Komandas sastāvā 12 dalībnieki. Laukumā spēlē 5 laukuma spēlētāji + vārtsargs. Spēles laiks 2 x 8 minūtes. Spēle notiek pēc florbola noteikumiem. Par uzvaru komanda iegūst 2 punktus, par zaudējumu - 1 punktu, par neierašanos uz spēli 0 punktus ar rezultātu W : 4. Spēļu kārtību noteiks, vadoties no pieteikto komandu skaita un izlozes.

Vienādu punktu summas gadījumā, divām vai vairākām komandām, augstāku vietu ieņem tā komanda, kurai:

- labāki rādītāji savstarpējās spēlēs (punkti, vārtu starpība, gūtie vārti),
- vairāk uzvaru visās spēlēs,
- labāka iegūto un zaudēto vārtu starpība visās spēlēs,
- labāks vārtu guvums visās spēlēs.

VIEGLATLĒTIKA

Notiks šādas sacensības:

1. Rudens krosa skriešanas sacensības
3. Pavasara krosa skriešanas sacensības
4. Pavasara sacensības - Olimpiskā diena [U-14,U-16]
5. Zemgales reģiona sacensības U-12 un U-14 grupām

Vieglatlētika - pavasara sacensības [Olimpiskās dienas sacensības].

Katrs dalībnieks startē ne vairāk kā 3 disciplīnās atbilstoši sacensību noteikumiem. Dalībnieku skaits komandā : Vidusskolām - 18 , pamatskolām – 14 dalībnieki. Dalībnieku skaits pēc dzimuma un pa vecuma grupām pēc izvēles. Sacensību dienā dalībniekam nav atļauts startēt 2 disciplīnās kas garākas par 300 m.

Sacensības ir individuālas.

Disciplīnas:

U-14 grupa

80m
300m
800m
80m/barj.
Augstlēcšana
Tāllēcšana
Lodes grūšana
Šķēpa mešana

U-16 grupa

100m
400m
800m
100m/barj.
110m/barj.
Augstlēcšana
Tāllēcšana
3-soļlēcšana
Lodes grūšana
Šķēpa mešana

Dalībnieku pieteikumus, iesniegt LVS sistēmā un tie sportisti vai organizācijas, kuriem/-ām nav piekļuves datu LVS statistikas sistēmai, sūta elektroniski savus pieteikumus sacensību galvenajai sekretārei.

Rudens un pavasara krosa skriešanas sacensības.

Sacensībās piedalās 2004.gadā dzimuši un jaunāki skolēni . Dalībnieku sadalījums pa grupām:

2004./2007.g.dzim.
2008./2009.g.dzim.
2010./2011.g.dzim.
2012./2013.g.dzim.
2014./2016.g.dzim.

Distances:

2004./2007. – meitenes 2km, zēni 3km.

2008./2009. – meitenes 1,5 km, zēni 2,5 km

2010./2011. – meitenes 1 km, zēni 1,5 km

2012./2013. – meitenes 1 km, zēni 1,5 km

2014./2016. – meitenes 500m, zēni 1 km.

Zemgales reģiona sacensības U-14 un U-12 vecuma grupām

Sacensības norisinās maijā Tukumā, Sporta Skolas stadionā.

Sacensību sākums 11:00.

Sacensības ir individuālas. Vecuma grupas:

U-14 grupa - 2011.-2012.gadā dzimušie

U-12 grupa - 2013.-2014.gadā dzimušie

Katrs dalībnieks drīkst startēt **2 disciplīnās un stafetes skrējienā.**

Programma:

U-14 vecuma grupa - 80m, 300m, 800m, 80m/b, tāllēkšana, augstlēkšana, šķēpa mešana [400g], lodes grūšana [meit.-2kg : zēni – 3kg], 4 x 100m stafete.

U-12 vecuma grupa - 60m, 300m, 600m, 60m/b, tāllēkšana, augstlēkšana, bumbiņas mešana, 4 x 100m stafete.

No novada skolām var piedalīties neierobežots dalībnieku skaits.

Pieteikumi jānosūta ne vēlāk kā 3 dienas pirms sacensībām.

DROŠIE UN VEIKLIE

"Drošie un veiklie"

Komandas sastāvs: 10 izglītojamie /5 zēni un 5 meitenes/.

Stafetē piedalās 4 zēni un 4 meitenes.

Stafetes noteikumi: Sacensību laikā jebkuru izglītojamo var mainīt ar rezerves izglītojamo. Sacensību programmā 6 stafetes.

No novada /pilsētas/ var piedalīties divas labākās komandas. Novads/pilsēta/ nodrošina vienu kontroltiesnesi, kurš seko vingrinājumu un to izpildes noteikumu precīzai ievērošanai, par pārkāpumiem piešķirot soda sekundes.

Programma:

1. Stafete – BASKETBOLA BUMBAS VADĪŠANA UN PIESPĒLES

Inventārs: mini basketbola bumba Nr.5

Komandas izvietojas uz starta līnijas kolonnās: 4 zēni/ar bumbu/ pret 4. meitenēm 18 m attālumā viena kolonna no otras. Starp zēniem un meitenēm izvietoti 5 konusi konusi 3m attālumā no vienas un otras kolonnas. Pēc starta signāla zēns ar bumbu driblējot līkločus apvada konusus un piespēlē pirmajai meitenei un skrienot nostājas meiteņu kolonnas galā. Meitene veic to pašu darbību un piespēlē bumbu zēnu kolonnas pirmajam izglītojamajam un skrienot nostājas zēnu kolonnas galā u.t.t. Stafete beidzās, kad zēni un meitenes apmainījušies vietām. Driblā pazudējot bumbu, to notverot ir jāatgriežas uz to vietu, kur bumba tika nozaudēta.

Soda sekundes (5sek) tiek piešķirtas, ja: 1) pāragrs starts – pirmais izglītojamais nesagaidot svilpes signālu uzsāk kustību.2) Ja izglītojamais veic vairāk kā 3 soļus bez dribla. 3) Ja izglītojamais pēc bumbas pazaudēšanas driblā neatgriežas vietā, kur tā zaudēta. Ja izglītojamais kļūdu izlabo, tad soda sekundes netiek piešķirtas.

2. Stafete – PRETSTAFETE „FUTBOLISTS”

Inventārs: • 3 konusi; • futbola bumba; • 2gb atzīmēti laukumi.

Uzdevums: Vadīt futbola bumbu līkloču starp konusiem. Komanda nostājas pretējās kolonnās (4 izglītojamie katrā) aiz volejbola laukuma gala līnijas (18 m). Konusi novietoti 6m, 9m un 12m attālumā no starta līnijas. Pie abām kolonnām uz grīdas nepārsniedzot starta līnijas atzīmēts laukums

50x50cm. Pie vienas kolonnas atzīmētajā laukumā atrodas futbola bumba pie otras kolonnas atzīmētais laukums ir tukšs. Pēc starta izglītojamais no kolonnas, pie kuras novietota futbola bumba ar kāju to izvada no atzīmētā laukuma un virzās uz priekšā stāvošajiem konusiem, līkloču veidā apvada 3 konusus. Pēc 3.konusa vada bumbu taisni līdz tukšajam, iezīmētajam laukumam, aptur tajā bumbu (netiek piešķirtas soda sekundes, ja bumba no iezīmētā laukuma izribo) un ar plaukstu nodod stafeti priekšā stāvošajam izglītojamajam, pats nostājas kolonnas beigās. Saņemot stafeti, nākamais izglītojamais no otras kolonnas pilda iepriekš minētas darbības. Stafete turpinās, līdz abas kolonnas ir apmainījušās vietām. Stafete beidzas, kad pēdējais izglītojamais ar plaukstu nodod stafeti pirmajam izglītojamajam un tas paceļ roku. Soda (5sek) sekundes tiek piešķirtas, ja: 1) pārags starts – pirmais izglītojamais nesagaidot svilpes signālu šķērso starta līniju; 2) pazaudējot bumbu izglītojamais neatgriežas vietā, kur bumbu pazaudējis; Ja izglītojamais kļūdu izlabo, tad soda sekundes netiek piešķirtas.

3. Stafete – "PĀRVIETOŠANĀS PA CINIEM"

Inventārs: • 2 vingrošanas apli (76cm diametrs) • 3 konusi

Uzdevums: Veikt distanci, iekāpjot apļos un pārliekot tos uz priekšu. Komanda nostājas pretējās kolonnās (3 izglītojamie katrā) aiz volejbola laukuma gala līnijas (18 m). Konusi novietoti 6m un 12m attālumā no starta līnijas. Pēc signāla pirmais izglītojamais skrien līdz konusam, uz kura atrodas 2 vingrošanas apli. Paņem tos un noliek zemē. Iekāpj/ielec vienā no apliem ar abām kājām, tikai tad drīkst pārvietot otru apli sev priekšā un atkal iekāpj/ielec ar abām kājām. Tā pārmaiņus pārvieto apļus uz priekšu, kopā aplis jāpārvieto vismaz 7 reizes iekāpjot/ielecot ar abām kājām līdz nākamais konuss ir aizsniedzams un uz viņa var novietot apli. Visus apļus novieto uz konusa, tad turpina skrējieni un ar plaukstu nodod stafeti priekšā stāvošajam izglītojamajam no pretējās kolonnas, pats nostājas kolonnas beigās. Saņemot stafeti, izglītojamais no otras kolonnas pilda iepriekš minētas darbības. Stafete turpinās, līdz abas kolonnas ir apmainījušās vietām. Stafete beidzas, kad pēdējais izglītojamais ar plaukstu nodod stafeti pirmajam izglītojamajam un tas paceļ roku. Soda sekundes (5sek) tiek piešķirtas, ja: 1) pārags starts – pirmais izglītojamais nesagaidot svilpes signālu uzsāk kustību; 2) aplis nepārvieto līdz aizsniedzamam konusam; 3) izglītojamais ar abām kājām neiekāpj/neielec aplī. Ja izglītojamais kļūdu izlabo, tad soda sekundes netiek piešķirtas. (mainīta stafete).

4.Stafete – ZIRNEKLĪTIS

Inventārs: 3 konusi.

Konusi izvietoti laukumā 3 m attālumā, sākot ar 9m no starta līnijas. Stafetē piedalās 8 izglītojamie. Kapteinis apsēžas aiz starta līnijas balstā sēdus ar kājām pa priekšu skrējiena virzienā. Pēc starta signāla izglītojamais pārvietojas /zirneklītī / ar roku un kāju palīdzību pāri volejbola laukuma vidus līnijai /ar kājām šķērsojot līniju/. Pēc tam pieceļas un turpina līkloču skrējieni starp konusiem līdz laukuma galam un atpakaļ un turpina skrējieni līdz savai komandai, piesitot nākošajam izglītojamajam, kurš stafeti turpina. Stafete beidzas, kad pēdējais izglītojamais ir šķērsojis starta/finiša līniju. Soda sekundes (5sek) tiek piešķirtas, ja: 1) pārags starts – pirmais izglītojamais nesagaidot svilpes signālu uzsāk kustību; 2) ja zirneklītis netiek izpildīts precīzi (tiek šļūkts uz dibena utt). 3) nešķērso ar kājām zirneklītī volejbola laukuma vidus līniju. Ja izglītojamais kļūdu izlabo, tad soda sekundes netiek piešķirtas.

5. Stafete – PILDBUMBAS PĀRNEŠANA

Inventārs: Divas 1 kg pildbumbas.

Komandas izvietojas aiz starta līnijas. Komandas kapteinim rokās viena pildbumba, otra aiz starta līnijas. Stafetē piedalās 8 izglītojamie.

Pēc starta signāla izglītojamais skrējienā nes pildbumbu un noliek uz līnijas 6 m attālumā, pēc tam skrien pēc otras pildbumbas, paņem to un novieto uz, aiz 9 m līnijas. Tad izglītojamais atgriežas pie komandas un piesit nākošajam izglītojamajam. Nākošais izglītojamais pildbumbas pa vienai atnes atpakaļ, pirmo noliekot uz starta līnijas un otro nodod nākošajam izglītojamajam, kurš stafeti turpina. Komandas dalībnieki var brīvi izvēlēties uz kuras līnijas pildbumbu likt vai ņemt vispirms. Stafete beidzas, kad pēdējais izglītojamais ir šķērsojis starta/finiša līniju.

Ja pildbumba tiek pazaudēta, skrējiens tiek turpināts no vietas, kur pildbumba izkritusi.

Soda sekundes (5sek) tiek piešķirtas, ja: 1) pāragrs starts – pirmais izglītojamais nesagaidot svilpes signālu uzsāk kustību. 2) ja pildbumba tiek novietota pirms noliktās līnijas. Ja izglītojamais kļūdu izlabo, tad soda sekundes netiek piešķirtas.

6. Stafete – BUMBIŅAS MEŠANA MĒRĶĪ

Inventārs: Vingrošanas aplis vai uz sienas uzzīmēts aplis /diam. 76 cm/ augstums no grīdas līdz apļa centram 2 m, attālums 5 m, tenisa bumbiņa

Stafetē piedalās visa komanda (10 dalībnieki).

Izglītojamie izvietojas aiz starta līnijas kolonnā viens aiz otra, katrs pēc kārtas met bumbiņu 5 reizes.

Par katru trāpījumu ieskaita 1 punktu.

Vērtē 4. labākos rezultātus zēniem un meitenēm, tos summējot. Uzvar komanda, kura ieguvusi lielāko punktu skaitu.

Trāpījums netiek ieskaitīts, ja: 1) Izglītojamais pārkāpj starta līniju no kuras jāizdara metiens.

Vērtēšana

Komanda par katru izpildīto stafeti saņem izcīnītās vietas punktus. Kopvērtējumā uzvar komanda ar mazāko punktu skaitu/summu/. Vienādu punktu summas gadījumā 2 vai vairākām komandām uzvar komanda, kurai vairāk izcīnītas 1, 2 u.t.t vietas.

DALĪBNIEKU PIETEIKUMS

_____ /skola/

_____ /sacensības/

_____ /datums, vieta/

Nr. p. k.	Dalībnieka vārds, uzvārds	Dzimšanas gads	Grupa	Disciplīnas

Sporta skolotājs _____

Direktors _____

DALĪBŅIEKU PIETEIKUMS

/datums, vieta/

[illegible]

Sporta skolotājs _____

Direktors _____

