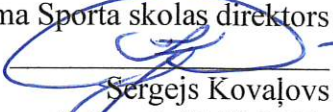


APSTIPRINU
Tukuma Sporta skolas direktors

Sergejs Kovaļovs
Tukumā 01.09.2020.

Tukuma, Engures un Jaunpils novadu skolēnu sporta olimpiādes

NOLIKUMS

2020./2021.m.g.

Tukumā

VISPĀRĒJIE NOSACĪJUMI

1. Mērķis un uzdevumi

Sekmēt Tukuma, Jaunpils, Engures 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 sarīkošanas vieta un laiks

Sacensības notiek visu mācību gadu pēc apstiprināta kalendāra skolu un citu organizāciju sporta bāzēs. Skolas dalās grupās, ja ir pieteikušās vairāk par sešām komandām.(Sacensību kalendārs pielikumā.)

3. Sacensību vadība

Sacensības organizē un vada Tukuma Sporta skola un tā nozīmēta tiesnešu kolēģija sadarbībā ar vispārīzglītojošajām Tukuma, Jaunpils, un Engures novadu skolām.

4. Pieteikumi

Pieteikumus iesniegt savlaicīgi , pieteikšanās uz sacensībām līdz iepriekšējai ceturtdienai, pa e-pastu Inai Uzulei – ina.uzule@tukums.lv vai telefona nr.28338170, 26637161

Vieglatlētikas sacensībām pieteikumus jāiesūta elektroniski.

Rakstveidā pieteikumi jāiesniedz **30 minūtes** pirms attiecīgā sporta veida sacensību sākuma.

Pieteikumu forma pielikumā.

Par pieteikumā uzrādīto skolēnu dzimšanas datu pareizību ir atbildīgs sporta skolotājs.

Par minēto norādījumu neievērošanu komandu var nepieļaut pie sacensībām vai jau iegūto rezultātu anulēt.

Komandas, kuras ieradīsies sacensībās bez skolotāja, trenera vai cita ar skolas direktora parakstu apstiprināta komandas pārstāvja, pie starta netiks pieļautas un par šo gadījumu tiks informēts skolas direktors.

5. Apbalvošana.

I-III vietu ieguvējas komandas un individuālo sporta veida dalībniekus apbalvo ar diplomiem un medaļām.

I vietas ieguvēji izcīna tiesības startēt Zemgales reģiona rīkotajās sacensībās.

6. Sacensību kalendārs

**Tukuma, Engures un Jaunpils novadu skolēnu sporta olimpiādes
SACENSĪBU KALENDĀRS
2020./2021.mācību gadam**

Norises datums dd.mm.gggg.	Pasākums, aktivitāte	Mērķauditorija	Vieta, laiks	Atbildīgais
Septembris				
08.09.2020.	Sporta skolotāju seminārs	Sporta skolotāji	Tukuma Raiņa ģimnāzija, plkst. 9.00	I. Užule
15.09.2020.	Zemgales reģiona sporta MA vadītāju seminārs	Sporta metodīki	Bauska plkst. 11.00	B. Grantiņa
15.09.2020.	Rudens vieglatlētikas sacensības U-16 un U-14 grupām	Skolēni	TSS stadionā plkst. 10.30	I. Užule, G. Auziņš
18.09.2020.	Olimpiskā diena	Skolēni	Tukuma 3.pamatskolas stadionā	J.Kožeurovs
Oktobris				
06.10.2020.	Futbols 2007./2008. g. dzim. 2001./2004.g.dzīm.	Skolēni	Pauzera pļavas plkst. 09.30	O.Mīļais. A. Grudcins
13.10.2020.	Futbols 2005./2006.g un 2009./2010.g.dzīm.	Skolēni	Pauzera pļavas, plkst. 9.30	O.Mīļais. A. Grudcins
20.10.2020.	Sporta skolotāju seminārs /II daļa/	Sporta skolotāji	Tukuma Sporta skola, Kuldīgas 74.	I. Užule
30.10.2020.	Zemgales reģiona sporta skolotāju seminārs, praktikum.	Sporta skolotāji	Kandavas K.Mīlenbaha vidusskolā	
Novembris				
03.11.2020.	Basketbols (2005./2006. g. dzim.)	Skolēni	Tukuma Sporta skola, plkst 09.30	I. Užule
10.11.2020.	Basketbols (2007./2008. g. dzim.)	Skolēni	Tukuma Sporta skola plkst 09.30	I. Užule
17.11.2020	Basketbols (2009./2010. g. dzim.)	Skolēni	Tukuma Sporta skola plkst 09.30	I. Užule

Decembris					
01.12.2020.	Vidusskolu kauss basketbolā	Skolēni	Tukuma Sporta skola plkst.9.30	I. Užule.	
10.12.2020.	Sporta skolotāju seminārs	Skolēni	Tukuma Sporta halle plkst.12.00	I. Užule	
Janvāris					
12.01.2021.	Tautas bumba 2009./2010.g. dz. un jaunāki	Skolēni	Irlavas vsk. plkst. 9.30	M. Breide, I. Užule.	
12.01.2021.	Basketbols Oranžā bumba 2005./2006.g.dz.	Zemgales reģiona skolu komandas	Kandavas novads plkst.10.00	I. Užule	
19.01.2021.	Volejbols (vsk)	Skolēni	Tukuma Raiņa ģimnāzija plkst.9.30	I. Užule.	
19.01.2021.	Basketbols Oranžā bumba 2009./2010.g.dz.	Zemgales reģiona skolu komandas	Ķekavas novads plkst.10.00	I. Užule	
26.01.2021.	Ziemas sacensības telpu futbolā 2011.g.dz un jaunākiem	Skolēni	Tukuma Sporta halle.9.30	A. Grudcins, A. Kovaļovs , I. Užule.	
26.01.2021.	Basketbols Vidusskolu kauss 2001./2004.g.dz.	Zemgales reģiona skolu komandas	Ķekavas novads plkst.10.00	I. Užule	
Februāris					
02.02.2021.	Volejbols 2005./2006 . g. dzim.	Skolēni	Pūres psk. plkst.9.30	I. Rubena, I. Užule.	
02.02.2021.	Tautas bumba 2009./2010.g.dz.	Zemgales reģiona skolu komandas	Dobeles novads plkst.11.00	I. Užule	
09.02.2021.	Volejbols 2007./2008 . g. dzim.	Skolēni	Pūres psk. plkst.9.30	I. Rubena I. Užule.	
09.02.2021.	Volejbols 2001./2004.g.dz.	Zemgales reģiona skolu komandas	Valgunde plkst.10.00	I. Užule	
16.02.2021	Stafetes „Drošie un veiklie „ 2010./2011.g.dz.	Skolēni	Smārdes psk.plkst.10.00	A. Germova, I. Užule.	
16.02.2021	Basketbols Jaunais basketbolistu kauss 2006./2007.g.dz.	Zemgales reģiona skolu komandas	Kandavas nov.plkst.10.00	I. Užule	

23.02.2021	Florbols 2009./2010.g.dz.	Skolēni	Irlavas sporta nams	M.Breide, A.Švāns, I.Užule
23.02.2021.	Volejbols 2005.g.dz. un jaunāki	Zemgales reģiona skolu komandas	Valgunde plkst 10.00	I.Užule
Marts				
02.03.2021.	Florbols 2007./2008 .g. dzim.	Skolēni	Irlavas sporta nams plkst 09.30	M.Breide, A.Švāns, I.Užule
02.03.2021.	Minibasketbols 2010./2011.g.dz.	Zemgales reģiona skolu komandas	Ķekavas novads plkst.10.00	I.Užule
24.03.2021.	Florbols(2005./2006.g.dzim)	Skolēni	Irlavas sporta nams plkst 09.30	M.Breide, A.Švāns, I.Užule
Aprīlis				
07.04.2021.	Drošie un veiklie 2010./2011.g.dz.	Zemgales reģiona skolu komandas	Bauskas novads plkst 11.00	I.Užule
06.04.2021.	Florbols vsk.	Skolēni	Zemgales vidusskola, 09.30	R.Dukstītis, I.Užule
13.04.2021.	Florbols2007./2008.g.dz.	Zemgales reģiona skolu komandas	Irlavas sporta nams plkst 10.00	M.Breide, A.Švāns , I.Užule
20.04.2021.	Futbols 7:7	Zemgales reģiona skolu komandas	Jelgavas pilsēta 2009./2010.g.dz. plkst. 2007./2008.g.dz. 10 ⁰⁰ 2005./2006.g.dz. 2001./2004.g.dz	I.Užule
27.04.2020.	Pavasara kross (2005.g.dz. un jaunāki)	Skolēni	Tīles iela pie Kartinga trases plkst.10.30	I.Užule. G. Auziņš, A.Čākurs
Maijs				
11.,12.05.2021.	„Olimpiskās dienas - vieglatlētikā”	Skolēni	TSS stadionā plkst. 10.30	J.Kožeurovs
11.05.2021.	Vieglatlētika „Vidusskolu kausis” 2001./2004.g.dz. Jauno vieglatlētu kausis” 2005./2006.g.dz.	Zemgales reģiona skolu komandas	Bauskas novads plkst.11.00	I.Užule
28.05.2021.	Zemgales reģiona v/atl „U-12” un „U-14” grupām	Zemgales reģiona skolu komandas	Tukums plkst.11.00	I.Užule.A.Čākurs
25.05.2021.	Izbraukuma seminārs	Skolotāji ,treneri	Dobele	I.Užule

Jūnijs

MA darba analīze par
mācību gadu

I. Užule

Sporta metodiķe Ina Užule
28338170, 26637161
ina.uzule@tukums.lv

7. SACENSĪBU NOLIKUMI

Sporta spēles

TAUTAS BUMBA

Komandas sastāvs - 7 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

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 pārmetienu 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 notiek līdz 2 setu uzvarai, spēlējot līdz 25 punktiem katrā setā. Izšķirošajā trešajā setā spēlē līdz 15 punktiem, pēc 8 punktu iegūšanas, komandas mainās ar laukumiem.

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. Katrai komandai **jānodrošina 1 laukuma tiesnesis.**

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.

Katrai komandai **jānodrošina 1 laukuma tiesnesis.**

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.

Katrai komandai **jānodrošina 1 laukuma tiesnesis.**

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.

Katrai komandai **jānodrošina 1 laukuma tiesnesis.**

VIEGLATLĒTIKA

Notiks sekojošās sacensības..

1. Rudens sacensības vieglatlētikā [U-14,U-16 vec.gr.]
2. Rudens sacensības vieglatlētikā U-12 vecuma grupai
3. Pavasara kross [2005.g.dzim. un jaun.]
4. Pavasara sacensības - Olimpiskā diena [U-12,U-14,U-16,U-18]
5. Zemgales reģiona sacensības U-12 un U-14 grupām

Athlētiskais..

G.Auziņš
A.Čākurs
A.Čākurs
J.Kožeurovs
G.Auziņš

Sacensības 2020./2021. mācību gadā notiks sekojošās vecuma grupās –

U-18 / A / grupā	2004.-2005. gadā dzim.
U-16 / B / grupā	2006.-2007. gadā dzim.
U-14 / C / grupā	2008.- 2009. gadā dzim.
U-12 / D / grupā	2010.- 2011. gadā dzim.

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. Vienā sacensību dienā dalībniekam nav atļauts startēt 2 disciplīnās kas garākas par 300 m. Sacensības ir individuālas.

Programma pa dienām

1.diena	2.diena
60 m	200 m
80 m	800m
100 m	1000m
400m	60m/b
600 m	80m/b
1500m	100m/b
Tāllēkšana [zēni]	110m/b
Augstlēkšana	Lodes grūšana
Šķēpa mešana	Tāllēkšana [meitenes]
Bumbiņas mešana	3-soļlēkšana

/ **U-12 / vecuma grupā** sacensību programma sekojoša – 60m , 200m , 600m , 60m/b ,
augstlēcšana , tāllēcšana , bumbiņas mešana .

/ **U-14 / vecuma grupā** sacensību programma sekojoša – 80m , 200m , 600m , 1000m ,
80m/b , augstlēcšana , tāllēcšana , lodes grūšana , šķēpa mešana

/ **U-16 / un / U-18 / vecuma grupās** sacensību programma sekojoša - 100m , 200m , 400m , 800m ,
1500m , 100m/b [meit.] , 110 m/b [zēni] , augstlēcšana , tāllēcšana , 3-soļlēcšana , šķēpa mešana ,
lodes grūšana .

Rudens sacensības U-16 un U-14 vecuma grupām

Dalībnieku skaits komandā : vidusskolām – 15 dalībnieki , pamatskolām – 12 dalībnieki
.Sacensības ir individuālas. Sacensību programma :

U-14 grupa : 60m , 300m , 600m , 60m/barj. , augstlēcšana , tāllēcšana , lodes grūšana , šķēpa
mešana .

U-16 grupa : 100m , 300m , 800m , 100m/barj.[meit.] , 110m/b [zēni] , tāllēcšana ,
augstlēcšana , lodes grūšana , šķēpa mešana .

Katram dalībniekam atļauts startēt 2 disciplīnās . Nav atļauts apvienot startu 300m –
600m – 800m distancēs .

Rudens sacensības U-12 vecuma grupai

Sacensības ir individuālas . Dalībnieku skaits komandā : 15 dalībnieki. Sacensību
programma :

60m , 200m , 600m , augstlēcšana , tāllēcšana , bumbiņas mešana.

Katram dalībniekam atļauts startēt 2 disciplīnās . Nav atļauts apvienot startu 200m un
600m distancēs.

Pavasara kross

Sacensībās piedalās 2005.gadā dzimuši un jaunāki skolēni . Dalībnieku skaits skolu komandām:
15 dalībnieki. Dalībnieku skaits pēc dzimuma un pa vecuma grupām pēc
izvēles. Sacensības notiek katram dzimšanas gadam atsevišķi.

Distances :	Meitenes	Zēni
2005.g.dzim.	1000m	1500m
2006.g.dzim.	1000m	1500m
2007.g.dzim.	1000m	1000m
2008.g.dzim.	500m	1000m
2009.g.dzim.	500m	500m
2010.g.dzim.	500m	500m
2011.g.dzim. un jaun.	500m	500m

Barjeru augstums un izvietojums distancē.

60m/b	-	/ U-12/ gr. – meitenes	[76,2 – 5 – 11,75 – 7,00]
		zēni	[76,2 – 5 - 11,75 – 7,00]
80m/b	-	/ U-14 / gr. - meitenes	[76,2 – 8 - 12,00 – 7,50]
		- zēni	[76,2 - 8 - 13,00 – 7,50]
100m/b	-	/ U-16 / gr. – meitenes	[76,2 – 10 – 13,00 -8,00]
110m/b	-	- zēni	[84,0 – 10 – 13,72 – 8,25]
100m/b	-	/ U-18 / gr. – meitenes	[76,2 – 10 – 13,00 – 8,25]
110m/b	-	- zēni	[91,4 - 10 - 13,72 – 8,80]

Rīku svāri.

		/ U-18 / gr.	/ U-16 / gr.	/ U-14 / gr.
Lode	- meitenes	3 kg	3 kg	2 kg
	- zēni	5 kg	4 kg	3 kg
Šķēps	- meitenes	500 g	400 g	400 g
	- zēni	700 g	600 g	400 g

Tiesnešu brigāde vieglatlētikas sacensībās.

Sekretariāts :

Sporta metodiķe

Laika brigāde :

Tukuma J.Raiņa ģimnāzija
Pūres pamatskola
Milzkalnes sākumskola
Smārdes pamatskola
Tukuma 2.pamatskola

Šķēps , Bumbiņa , Lode :

Zemgales vidusskola
Tukuma 3.pamatskola
Lapmežciema pamatskola
Tukuma 1.pamatskola

Augstlēcšana :

Jaunpils vidusskola
Irlavas vidusskola

Starta brigāde :

Tumes pamatskola
Džūkstes pamatskola

Tāllēcšana , 3-soļlēcšana :

Tukuma 2.vidusskola
Engures vidusskola

Uz sacensībām Tukuma pilsētas skolām **obligāti** jābūt līdzī vēl 2 tiesnešiem , pārējām skolām – 1 tiesnesim.

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 - 2008.-2009.gadā dzimušie

U-12 grupa - 2010.-2011.gadā dzimušie

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

Programma :

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

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

No novada skolām var piedalīties neierobežots dalībnieku skaits.

Pieteikumi jānosūta ne vēlāk kā 3 dienas pirms sacensībām pa e-pastu ritablazma@inbox.lv;

Pēdējās izmaiņas ne vēlāk kā stundu pirms sacensībām .

DROŠIE UN VEIKLIE

“Drošie un veiklie”

Komandas sastāvs: 10 dalībnieki /5 zēni un 5 meitenes/, skolotājs – tiesnesis.

Stafetē piedalās 4 zēni un 4 meitenes.

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

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

Programma:

1.Stafete – BASKETBOLA PIESPĒLES

Inventārs: basketbola bumba Nr.5

Komandas izvietojas uz starta līnijas kolonnās: zēni/ar bumbu/ pret meitenēm 3 m attālumā viens no otra. Pēc starta signāla zēns ar bumbu piespēlē pirmajai meitenei un skrienot nostājas meiteņu kolonnas galā. Meitene piespēlē bumbu zēnu kolonnas pirmajam dalībniekam un skrienot nostājas zēnu kolonnas galā u.t.t. Stafete beidzas, kad zēni un meitenes atgriežas savās starta pozīcijās (pēdējā dalībniece pēc piespēles skrējienā ir šķērsojusi starta/finiša līniju).

2.Stafete – LĪKLOČU FUTBOLA BUMBAS VADĪŠANA AR KĀJU

Inventārs: Futbola bumba, 5 konusi

Komandas izvietojas aiz starta līnijas /basketbola laukuma gala līnijas/ kolonnās: zēni /ar bumbu/ pret meitenēm, kuras atrodas aiz basketbola laukuma pretējās gala līnijas. Pēc signāla zēns ar kāju vada bumbu līkloči starp konusiem līdz meiteņu kolonnai, atdod bumbu pirmajai meitenei, stājas meiteņu kolonnas beigās. Meitene ar kāju vada bumbu līkloči starp konusiem līdz zēnu kolonnai, atdod bumbu otrajam zēnam, stājas zēnu kolonnas beigās u.t.t. Stafete beidzas, kad zēnu un meiteņu kolonnas ir apmainījušās vietām (pēdējā dalībniece pēc piespēles skrējienā ir šķērsojusi starta/finiša līniju).

3.Stafete – AR VINGROŠANAS APLI

Inventārs: 5 konusi, vingrošanas aplis 90 cm diametrā.

Komandas dalībnieki izvietojas aiz starta līnijas, kapteinim rokās aplis. Kapteinis ar apli rokās veic līkloču skrējienam starp konusiem un atgriežas pie komandas, kur apli satver komandas otrais dalībnieks. Abi dalībnieki turot apli vertikāli pret komandu virza to cauri kolonnai. Visi dalībnieki caur apli izlien pa vienam. Pirmais dalībnieks paliek kolonnas beigās, bet otrais dalībnieks turpina stafeti. Pēdējais nodod apli kapteinim. Stafete beidzas, kad kapteinis ir nostājies kolonnas priekšā ar paceltu apli rokās.

4.Stafete – ZIRNEKLĪTIS

Inventārs: 3 konusi.

Konusi izvietoti laukumā 3 m attālumā, sākot ar 9m no starta līnijas.

Kapteinis apsēžas aiz starta līnijas balstā sēdus ar kājām pa priekšu skrējiena virzienā.

Pēc starta signāla dalībnieks pārvietojas /zirneklītī / ar roku un kāju palīdzību pāri volejbola laukuma vidus līnijai /ar kājām šķērsojot līniju/. Pēc tam pieceļas un turpina līkloču skrējienam starp konusiem līdz laukuma galam un atpakaļ un turpina skrējienam līdz savai komandai, piesitot nākošajam dalībniekam, kurš stafeti turpina. Stafete beidzas, kad pēdējais dalībnieks ir šķērsojis starta/finiša līniju.

5.Stafete – PILDUMBAS PĀRNEŠANA

Inventārs: Divas 1 kg pildbumbas.

Komandas izvietojas aiz starta līnijas. Komandas kapteinim rokās viena pildbumba, otra aiz starta līnijas.

Pēc starta signāla dalībnieks skrējienā nes pildbumbu un noliek uz līnijas 6 m attālumā, pēc tam skrien pēc otras pildbumbas, paņem to un novieto uz 9 m līnijas. Tad dalībnieks atgriežas pie

komandas un piesit nākošajam dalībniekam. Nākošais dalībnieks pildbumbas pa vienai atnes atpakaļ, pirmo noliekot uz starta līnijas un otro nodod nākošajam dalībniekam, kurš stafeti turpina. Komandas dalībnieki var brīvi izvēlēties uz kuras līnijas pildbumbu likt vai ņemt vispirms. Stafete beidzas, kad pēdējais dalībnieks ir šķērsojis starta/finiša līniju.

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).

Dalībnieki 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.

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

_____ /sacensības/

_____ /datums, vieta/

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

Sporta skolotājs _____

Direktore(-s) _____

_____ /skola/

DALĪBNIEKU PIETEIKUMS

/sacensības/

/datums, vieta/

Nr. p. k.	Dalībnieka vārds, uzvārds	Dzimšanas gads	Grupa/nr.

Sporta skolotājs _____

Direktore(-s) _____

8. Drošības noteikumi sporta pasākumos

Saskaņā ar Ministru kabineta noteikumiem Nr.1338 2009.gada 24.novembrī „Kārtība, kādā nodrošināma izglītojamo drošība izglītības iestādēs un to organizētajos pasākumos”

2020. gada 9. jūnija noteikumi Nr. 360 "Epidemioloģiskās drošības pasākumi Covid-19 infekcijas izplatības ierobežošanai”,

Noteikumi nosaka kārtību, kādā nodrošināma izglītojamo drošība izglītības iestādēs un to organizētajos pasākumos.

- Rīkojot sporta sacensības ģrētās 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.
- Sporta bāžu administrācija ir atbildīga par telpu un to aprīkojuma piemērotību, inventāra nostiprinājumu un atbilstību ekspluatācijas un drošības prasībām.
- 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.
- Sporta sacensībās ir klāt ārstniecības persona, vai vadītāja norīkota par pirmās palīdzības sniegšanu atbildīgā persona.
- Sacensībās par izglītojamo drošību atbild sporta skolotājs vai cita pavadošā persona.