

APSTIPRINU
Tukuma novada Izglītības
pārvaldes vadītāja

Velta Lekse
Tukumā ,01.09.2013

Tukuma, Engures un Jaunpils novadu skolēnu sporta olimpiādes

NOLIKUMS

2013./2014.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 IP 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 Užulei - ritablazma@inbox.lv vai telefona nr.28338170, 26637161

Vieglatlētikas sacensībām pieteikumus jāiesūta elektroniski.

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

Skolas dalās 2.grupās (vidusskolu un pamatskolu), ja uz sacensībām ir pieteikušās vairāk par sešām komandām..

Pieteikumu forma pielikumā.

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

Par minēto norādījumu neievērošanu komandu var nepielaiest 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 pielaistas un par šo gadījumu tiks informēts skolas direktors.

5. Apbalvošana.

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

I vietas ieguvēji izcīna tiesības startēt Zemgales reģiona rīkotajās sacensībās.

6. Sacensību kalendārs

**TUKUMA NOVADA SKOLĒNU SPORTA OLIMPIĀDES
SACENSĪBU KALENDĀRS
2013./2014.mācību gadam**

Np. k.	Sacensības	Laiks un vieta	Galvenais tiesnesis
SEPTEMBRIS			
1.	Sporta skolotāju seminārs	10.09.13.plkst. 10.00 TLH	I.Užule
2.	Futbols 2000.g.dzim un jaunāki	17.09.13.plkst. 10.30 Pauzera pl	S.Kovaļovs
3.	Futbols 1998.-1999.g.dzim.	24.09.13.plkst 10.30 Pauzera pl.	S.Kovaļovs
OKTOBRIS			
4.	Vidusskolu kauss futbolā	01.10.13.plkst. 10.00 Pauzera plavas	O.Mīļais
5.	Rudens kross	08.10.12.plkst. 10.30 Tukums, pie kartingu trases	G. Auziņš, A.Čākurs
6.	Sporta skolotāju seminārs.	25.10.12.plkst.12.30 Kandavas Sporta nams	I.Užule
NOVEMBRIS			
7.	Telpu futbols(Bērniem ar speciālām vajadzībām)	05.11.13.plkst 9.30 Irlava	H.Gulbis,A.Švāns
8.	Vidusskolu kauss basketbolā	12.11.13. plkst 09.30 Jaunpils sporta namā	A.Zaremba
9.	Basketbols (1998./1999. g. dzim.)	19.11. 13.plkst 09.30 Pūres psk.	I.Rubena
10.	Basketbols (2000./2001. g. dzim.)	26.11.13. plkst 09.30 Lapmežciema psk	A.Mančasa
DECEMBRIS			
11.	Telpu futbols 2004.dzim.un jaunāki	03.12.13.plkst. 9.30 Smārde	A.Germova
12.	Sporta skolotāju seminārs.	10.12.13. plkst.10.00 Pūre	I.Užule
JANVĀRIS			
13.	Oranžā bumba (1998./1999. g. dzim.)	14.01.14.plkst.9.30 Ķekava	
14.	Tautas bumba(2002./2003.g.dz.)	14.01.14. plkst.9.30 Irlava, Zemgales vsk.	M.Breide,U.Zvirbulis
15.	Oranžā bumba (2002./2003. g. dzim.)	22.01.14.plkst.10.00 Kandava	
16.	Volejbols (vsk)	21.01.14.plkst.9.30 Irlava	M.Breide
17.	Vidusskolu kauss	28.01.14.plkst 10.00.Ķekava	

	basketbolā(1994./1997.g.dzim.)		
18.	Volejbols (1998.g. dzim.un jaunāki)	28.01.14. plkst 09.30 Pūres psk.,Zemgales vsk.	I.Rubena,U.Zvirbulis
FEBRUĀRIS			
19.	Volejbols (2000./2001.)	11.02.14.plkst.09.30 Džūkstes psk. Zemgales vsk.	P.Zīriņš, U.Zvirbulis
20.	Tautas bumba. (2002./2003. g. dzim.)	04.02.14.plkst.11.00 Dobeles nov.	
21.	Telpu četrcīņa (2004.g.dzim un jaunāki)	04.02.14.plkst.9.30.Pūre	I.Rubena
22.	Volejbols (1994./1997.g.dzim.) vsk.	18.02.14.plkst. 10.00 Jelgavas nov.	
23.	Volejbols (2002./2003. g. dzim.)	18.02.14.plkst.9.30 Tumes vsk.	G.Auziņš
24.	Jauno basketbolistu kauss(2000./2001.g.dz.)	26.02.14.plkst. 10.00.Kandavas nov.	
25.	Drošie un veiklie (2003./2004.g.dzim.)	25.02.14.plkst.10.00 Zemgales vsk.	U.Zvirbulis
MARTS			
26.	Florbols vsk.	04.03 .14.plkst.10.00 Irlava	A.Švāns
27.	Volejbols(1998.g.dzim un jaunāki)	04.03.14.plkst.10.00 Jelgavas novads	
28.	Florbols (1998/1999.g.dzim)	11.03.14. plkst 09.30 Irlavas sporta nams	A.Švāns
29.	Drošie un veiklie (2002./2003.g.dzim.)	12.03.14. plkst.09.30 Bauskas novads	
30.	Minibasketbols(2002./2003. g. dzim.)	18.03.14.plkst.10.00 Ķekavas novads	
31	Florbols(Bērniem ar speciālām vajadzībām)	25.03.14.plkst 9.30 Irlavas sporta nams	A.Švāns
APRĪLIS			
32.	Florbols (2000./2001.g.dzim.)	01.04.14. plkst 09.30 Irlavas sporta nams	A.Švāns
33.	Florbols(2000./2001.g.dzim)	09.04.14.plkst.10.00 Irlava	A.Švāns
34.	Pavasara kross(1997.g.dzim. un jaun.)	15.04.14.plkst.10.30 Kartinga trase	A.Čākurs, G.Auziņš
35.	Futbols 7:7 (2002/2003.g.dz., 2000./2001.g.dz., 1998./1999.g.dz. 1994./1997.g.dz.)	22.04.14.plkst.10.00 Jelgavas pilsēta	
36.	4-cīņa "Draudzība" (2000./2001 g. dzim. un	29.04.14.plkst. 10.30 TSAK	A.Čākurs, G.Auziņš

	jaunāki)		
37.	“ Jauno vieglatlētu kauss” ,” Vidusskolu kauss “ v/a	30.04.14.plkst. 10.30 TSAK	A.Čākurs, G.Auziņš
MAIJS			
38.	Olimpiskās dienas sacensības vieglatlētikā	6.-07.05.14.plkst.10.30 TSAK	M.Liepiņš
39.	“ Jauno vieglatlētu kauss “ ,” Vidusskolu kauss “ v/a	07.05.14.plkst.11.00 Bauskas nov.	
40.	Vieglatlētika bērniem ar speciālajām vajadzībām.	13.05.14. plkst.10.30.TSAK	H.Gulbis,I.Užule
41.	Vieglatl. 4-cīņa "Draudzība" 2000./2001.g. dz.	16.05.14.plkst.11.00.Bauskas nov.	
42	V/atl „C” un „D” grupai	28.05.14.plkst.11.00 Tukums	A.Čākurs
43.	Futbols	27.05.14.plkst.10.00.Pūres psk.	I.Rubena

7.SACENSĪBU NOLIKUMI

Sporta spēles

TAUTAS BUMBA

Komandas sastāvs - 9 spēlētāji un 1 skolotājs. Sacensības zēniem un meitenēm notiek atsevišķi. Spēles ilgums - 2 x 5 min., laukums - 9 x 18 m. Spēlē ar volejbola 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, spēlētāks 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 (finālspēles) 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.

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

Stafetē piedalās 4 zēni un 4 meitenes.

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 vingrinājumu 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 iespēles 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 iespēles 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 skrējienus starp konusiem un atgriežas pie komandas, kur aplis 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 12 m 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 rokām šķērsojot līniju/. Pēc tam pieceļas un turpina līkloču skrējienus starp konusiem līdz laukuma galam un atpakaļ un turpina skrējienus līdz savai komandai, piesitot nākošajam dalībniekam, kurš stafeti turpina. Stafete beidzas, kad pēdējais dalībnieks ir šķērsojis starta/finiša līniju.

5.Stafete – PILDBUMBAS 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.

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 2 punktus, par zaudējumu – 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. Katrs novads un pilsēta drīkst pieteikt vienu zēnu un meiteņu komandu katrā vecuma grupā.

Spēles notiek pēc FIBA basketbola noteikumiem.

Pēdējā minūtē tiek ņemts tīrais laiks. Katrā puslaikā soda metienus izpilda pēc 5-ās komandu piezīmes. Katrā puslaikā atļauts viens komandas pārtraukums . Neizšķirta gadījumā - 5 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.

FUTBOLS

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

Spēles ilgums:

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 abās vecuma grupās 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 sekojošas sacensības..

	Atbildīgais..
1. Skolēnu 4-cīņa [2000.g.dzim.un jaun.]	A.Čākurs
2. Skolu kausu izcīņas sacensības	A.Čākurs
3. Rudens kross [1999.g.dzim.un jaun.]	A.Čākurs
4. Pavasara kross [1997.g.dzim. un jaun.]	A.Čākurs
5. Pavasara sacensības - Olimpiskā diena [A , B , C , D]	G.Auziņš
6. Zemgales novada sacensības C un D grupām	G.Auziņš

Sacensības 2013./2014. mācību gadā notiks sekojošās vecuma grupās –

/ A / grupā	1997.-1998. gadā dzim.
/ B / grupā	1999.-2000. gadā dzim.
/ C / grupā	2001.- 2002. gadā dzim.
/ D / grupā	2003.- 2004. gadā dzim.

Pavasara vieglatlētikas sacensības.

Sacensības ir individuālas . Katrs dalībnieks startē ne vairāk kā 3 disciplīnās atbilstoši sacensību noteikumiem.

Dalībnieku skaits komandā : Vidusskolu grupā - 15 dalībnieki , Pamatskolu grupā - 12 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.

Programma pa dienām

<u>1.diena</u>	<u>2.diena</u>
60 m	200 m
100 m	600 m
400 m	800m
1000m	300m/b
1500 m	Lodes grūšana
60 m/b	Tāllēkšana [meitenes]
80 m/b	3-sollēkšana
100 m/b	
110 m/b	
Šķēpa mešana	
Bumbiņas mešana	
Augstlēkšana	
Tāllēkšana [zēni]	

/ D / **vecuma grupā** sacensību programma sekojoša – 60m , 200m , 600m , 60m/b , augstlēkšana , tāllēkšana , bumbiņas mešana .

/ C / **vecuma grupā** sacensību programma sekojoša – 100m , 200m , 600m , 1000m , 80m/b , 300m/b , augstlēkšana , tāllēkšana , lodes grūšana , šķēpa mešana .

Barjeru augstums un izvietojums distancē.

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

Rīku svāri.

		/ A / gr.	/ B / gr.	/ C / gr.
Lode	- meitenes	3 kg	3 kg	2 kg
	- zēni	5 kg	4 kg	3 kg
Šķēps	- meitenes	600 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 skola
Smārdes pamatskola
Tukuma 2.pamatskola

Šķēps , Bumbiņa , Lode :

Džūkstes pamatskola
Tukuma 3.pamatskola
Lapmežciema pamatskola
Tukuma 1.pamatskola

Augstlēcšana :

Jaunpils vidusskola
Zemgales vidusskola

Starta brigāde :

Tumes vidusskola
Irlavas vidusskola

Tāllēcšana , 3-soļlēcšana :

Tukuma 2.vidusskola
Engures vidusskola

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

Rudens kross

Sacensībās piedalās 1999.gadā dzim. un jaunāki skolēni. Dalībnieku skaits skolu komandām : 1.grupā – 12 dalībnieki , 2 grupā – 10 dalībnieki . Dalībnieku skaits pēc dzimuma un pa vecuma grupām pēc izvēles. Distanču garumi..

	Meitenes	Zēni
1999.gadā dzim.	1000m	1500m
2000.gadā dzim.	1000m	1000m
2001.gadā dzim.	500m	1000m
2002.gadā dzim.	500m	500m
2003.gadā dzim.	500m	500m
2004.gadā dzim.	500m	500m
2005.gadā dzim.un jaun.	500m	500m

Sacensības ir individuālas . Sacensības notiek katram dzimšanas gadam atsevišķi .

Pavasara kross

Sacensībās piedalās 1997.gadā dzimuši un jaunāki skolēni. Dalībnieku skaits skolu komandām :

1.grupā – 14 dalībnieki , 2.grupā – 12 dalībnieki. Dalībnieku skaits pēc dzimuma un pa vecuma grupām pēc izvēles.

Distances :	Meitenes	Zēni
1997.g.dzim.	1000m	1500m
1998.g.dzim.	1000m	1500m
1999.g.dzim.	1000m	1500m
2000.g.dzim.	1000m	1000m
2001.g.dzim.	500m	1000m
2002.g.dzim.	500m	500m
2003.g.dzim.	500m	500m
2004.g.dzim.	500m	500m
2005.g.dzim.un jaun.	500m	500m

Sacensības ir individuālas . Sacensības notiek katram dzimšanas gadam atsevišķi.

4-cīņa / Draudzība /

Komandā startē skolēni , kuri dzimuši 2000.gadā un jaunāki . Komandā 6 zēni un 6 meitenes.

Komandu cīņā meiteņu un zēnu komandas tiek vērtētas atsevišķi . Programma :

Meitenēm - 60m , tāllēkšana , bumbiņas mešana , 500m.

Zēniem - 60m , tāllēkšana , bumbiņas mešana , 800m.

Vērtēšana. Individuālos uzvarētājus nosaka pēc četrcīņas punktu tabulām . Komandu vērtējumā

tiek vērtēti piecu labāko komandas dalībnieku rezultāti pēc punktu summas . Ja komandu cīņā

ir vienāds punktu skaits vairākām komandām , labāku vietu ieņem tā , kurai vairāk augstāku

individuālo vietu .

Divas labākās zēnu un meiteņu komandas startē Zemgales novada finālsacensībās.

/Jauno vieglatlētu kauss /

Komandā startē skolēni , kuri dzimuši 1998. gadā un jaunāki . Komandas sastāvs – 6 dalībnieki [meitenes un zēni atsevišķi] .

Programmā –

Meitenēm – 100m , 600m , 1500m , 80m/b [13,00 – 76,2 – 8,00] , augstlēcšana , tāllēcšana , lodes grūšana [3 kg] , šķēpa mešana [400 g] , 4x100m stafetes skrējiens .

Zēniem – 100m , 600m , 1500m , 80m/b [13,72 – 84,0 – 8,25] , augstlēcšana , tāllēcšana , lodes grūšana [4 kg] , šķēpa mešana [600 g] , 4x100m stafetes skrējiens .

Katrs dalībnieks drīkst startēt divās disciplīnās un stafetes skrējienā . Vienā disciplīnā komanda drīkst pieteikt ne vairāk kā divus dalībniekus . Vienam sacensību dalībniekam nav atļauts startēt 600m un 1500m distancēs .

Individuālos uzvarētājus nosaka pēc sacensību noteikumiem . Komandu cīņā tiek vērtēti 8 labāko rezultātu punkti plus stafetes skrējiens .

1.vieta - 20 punkti .

4.vieta - 13 punkti .

2.vieta - 17 punkti .

5.vieta - 12 punkti utt.

3.vieta - 15 punkti .

16.vieta - 1 punkts .

Uzvar komanda ar lielāko punktu summu . Vienāda punktu skaita gadījumā augstāka vieta komandai , kurai vairāk augstāku vietu atsevišķās disciplīnās . Ja arī tas ir vienāds , komandu vietu izšķir rezultāts stafetes skrējienā .

/ Vidusskolu kauss /

Sacensībās piedalās 1995.- 1997. gadā dzimuši zēni un meitenes . Komandā 6 dalībnieki , zēni un meitenes startē atsevišķās komandās .

Programmā –

Meitenēm – 100m , 400m , 800m , 100m/b [13,00 – 76,2 -8,25] , augstlēcšana , tāllēcšana , lodes grūšana [3 kg] , šķēpa mešana [600 g] , 4x100m stafetes skrējiens

Zēniem – 100m , 400m , 1500m , 110m/b [13,72 – 91,4 – 8,80] , augstlēcšana , tāllēcšana , lodes grūšana [5 kg] , šķēpa mešana [700 g] , 4x100m stafetes skrējiens

Katrs dalībnieks drīkst startēt divās disciplīnās un stafetes skrējienā . Vienā disciplīnā komanda drīkst pieteikt ne vairāk kā divus dalībniekus . Nav atļauts vienam dalībniekam startēt 400m – 800m – 1500m distancēs .

Individuālos uzvarētājus nosaka pēc sacensību noteikumiem . Komandu cīņā tiek vērtēti 8 labāko rezultātu punkti plus stafetes skrējiens .

1.vieta - 15 punkti .

4.vieta - 9 punkti .

2.vieta - 12 punkti .

5.vieta - 8 punkti .

3.vieta - 10 punkti .

12.vieta - 1 punkts .

Uzvar komanda ar lielāko punktu summu . Vienāda punktu skaita gadījumā uzvar komanda , kurai vairāk augstāku individuālo vietu . Divas labākās vidusskolu komandas kā zēniem tā meitenēm startē valsts finālsacensībās .

/skola/

DALĪBNIEKU PIETEIKUMS

/sacensības/

/datums, vieta/

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

Sporta skolotājs _____

Direktore(-s) _____