

## SMILTENES NOVADA SPORTA SVĒTKU

### N O L I K U M S

#### **Mērķis un uzdevums:**

1. Rosināt Smiltenes novada iedzīvotājus, organizācijas iesaistīties sportiskās aktivitātēs;
2. Popularizēt sportu, kā veselību stiprinošu, relaksējošu, emocionālu nodarbi.

**Vieta un laiks:** sporta svētki notiek 2013. gada 24. augustā, Grundzāles pamatskolas sporta laukumā. Sacensību sākums pulkstens 10.00.

**Organizatori:** Sacensības organizē Smiltenes novada Sporta pārvalde, sadarbībā ar Grundzāles pagasta pārvaldi un sporta skolotāju Māri Stabiņu. Sacensību galvenais tiesnesis: Guntars Markss /tel. 26460704/

**Dalībnieki:** sacensībās aicinātas piedalīties Smiltenes novada pagastu, iestāžu, organizāciju, fizisku personu veidotas komandas. Dalībnieku vecums - ne jaunāki par 1997.g. dzimušajiem.

#### **Sacensību nosacījumi:**

1. Sacensībās piedalās komandas; vienā komandā startē 15 dalībnieki: 9 vīrieši un 6 sievietes;
2. Sacensību laikā komandā citus dalībniekus iekļaut nedrīkst;
3. Komandas savā starpā sacenšas 8 sporta veidos;
4. Katra komanda sporta attiecīgos sporta veidus veic saskaņā ar Organizatoru izstrādāto grafiku; ja komanda kavē ierašanos attiecīgā sporta veida norises vietā vairāk par 5min. - tai var tikts piešķirts vai nu zaudējums /spēlē/ vai komanda attiecīgajā sporta veidā tiek diskvalificēta;
5. Katrā sporta veidā, komanda saņem punktus atbilstoši izcīnītai vietai; ja vietas tiek dalītas - visas komandas saņem punktus par attiecīgi zemāko vietu /piemēram ja komanda dala 5v. - 8v. - visas komandas saņem 5 punktus/;
6. Komandu vērtējumā tiek vērtēta mazākā izcīnīto vietu summa 7 sporta veidos; ja divām vai vairāk komandām rezultāti ir vienādi - augstāku vietu iegūst komanda, kas izcīnījusi labāku vietu Veiklības stafetē.
7. Ikviens sacensību dalībnieks pats atbild par savu veselības stāvokli, apliecinot to ar savu parakstu komandas pieteikumā.

#### **Sporta veidi un to apraksts:**

1. **Minifutbols** - komandā 5 laukuma spēlētāji + vārtsargs /spēlētāju maiņas neierobežotas/; Spēles laiks un sistēma tiks precizēta pēc komandu pieteikumu saņemšanas.
2. **Tautas bumba** - komandā 6 dalībnieces /piedalās tikai sievietes/; Spēles notiek zālāja laukumos, pēc t.s. izsišanas principa - t.i. dalībnieks, kuram pretinieku komandas spēlētāja trāpa ar bumbu atstāj laukumu un turpina piedalīties spēlē aiz laukuma gala līnijas.
3. **Orientēšanās labirints** - komandā 5 vīrieši un 3 sievietes; sīkāku sacensību noteikumu aprakstu skatīt pielikumā.

4. **"Zelta roka"** - komandā 4 vīrieši un 3 sievietes; komandas dalībnieki secīgi stafetes veidā uz laika kontroli driblējot basketbola bumbu veic skrējienu līdz basketbola grozam un no norādītām vietām izpilda bumbas metienus grozā. Pavisam metieni tiek izdarīti no trīs atzīmēm: tuvais-pustālais-tālais pēc principa: "met kamēr iemet, bet ne vairāk, kā 7 metieni".
5. **Trīssoļleikšana no vietas:** komandā 4 vīrieši un 3 sievietes; katrs komandas dalībnieks izpilda divus trīssoļa lēcienus no vietas. Komandu vērtējumā tiek summēta visu komandas dalībnieku labāko lēcienu rezultātu summa.
6. **"Stīprās rokas"** - komandā 4 vīrieši un 2 sievietes; dalībniekiem secīgi jāveic virvē iesietu smagumu vilkšana. Vīriešiem pavisam jāvelk trīs dažādu smagumu rīki, sievietēm - viens.
7. **Jaunsargu šķēršļu josla** - komandā 4 vīrieši un 2 sievietes. Sacensībā ietverti sekojoši elementi: telts uzcelšana un nojaukšana, gaisa pārceļtuve, tarzāns, priekšmeta nocelšana no koka, līšana zem šķēršļiem, šaušana ar pneimatisko šauteni, pievilksanās pie stieņa. Detalizēts uzdevumu apraksts komandām tiks iedots līdz sacensību sākumam.
8. **Veiklības stafete** - komandā 8 vīrieši un 5 sievietes; Stafetē iekļauti dažādi vieglatlētikas, veiklības, sporta spēļu elementi. Detalizētu stafetes aprakstu skatīt pielikumā.

Gadījumā, ja komandu skaits būs lielāks par astoņām - organizatori sacensību programmu var papildināt vēl ar citiem sacensību veidiem. Prioritārā secībā papildus sporta veidi būtu:

9. **Volejbola serves** - komandā 4 vīrieši un 4 sievietes; katrs dalībnieks izpilda 10 serves ar volejbola bumbu, cenšoties ar bumbu trāpīt norādītā laukumā. Komandu vērtējumā skaita visu komandas dalībnieku precīzos sitienus.
10. **"Indiāņu biatlons"** - komandā 4 vīrieši un 4 sievietes; dalībnieki secīgi veic 80m-100m skrējienu pa norādīto distanci un izpilda loka šaušanu mērķī. Trīs sekmīgu šāvienu izpildīšanai var izmantot piecas bultas. Par katru neprecīzu šāvienu dalībniekam jāveic soda aplis.

**Pieteikumi:** komandām jāveic iepriekšēja pieteikšanās Smiltenes sporta centrā /telefons 26460704/ līdz 22.08. Sacensību dienā līdz plkst. 10.00 sacensību sekretariātā jāiesniedz rakstisks pieteikums.

**Apbalvošana:** Pirmo trīs vietu ieguvēji komandu vērtējumā tiks apbalvoti ar piemiņas balvām.

## **Orientēšanās labirinta sacensību nolikums.**

**DALĪBNIEMI:** Komandā 8 dalībnieki vismaz 3 sievietes un 5 vīrieši. Dalībnieki paši atbild par savu veselības stāvokli un gatavību startēt. Sacensību rīkotāji nenes atbildību par traumām, kas gūtas sacensību laikā.

**SACENSĪBU APVIDUS:** Laukuma segums- nopļauta pļava starp skolu un sporta laukumu. Laukumu ierobežos sarkanbaltā marķējuma lenta, kuru aizliegts šķērsot. Laukumā ar lentu palīdzību tiks izveidots labirints. Labirintā atradīsies kontrolpunkti, kuri noteiktā kārtībā ir jāapmeklē.

**STARTA KĀRTĪBA:** Komandas astoņiem dalībniekiem starts ar laika intervālu 30 sekundes. Lūgums neskaidrību gadījumā vērsties pie sacensību tiesneša. Labirintā būs izveidotas 4 distances. Katrs dalībnieks veic vienu distanci. Karte tiek saņemta 30 sekundes pirms starta.

Pirms starta atļauts uzturēties tikai organizatoru norādītajās vietās. Nedrīkst patvaļīgi sākt distanci, kā arī pirms starta atrasties labirintā. Ievērosim godīgas spēles principus! Dalībnieku apzināta traucēšana un kavēšana pirms un sacensību laikā aizliegta. Izturēsimies ar cieņu pret sportistiem! Vienlaicīgi laukumā atradīsies 8 sportisti. Starta tiesnesis jums piešķirs SPORT IDENT sistēmu, kuru nedrīkst pazaudēt ( nozaudēšanas gadījumā sods LS 30). Dalībnieks distancē drīkst doties tikai vienu reizi.

Startā tiesnesis ar flomāsteru uz rokas uzrakstīs starta numuru, kurš jāsaģlabā līdz finišam. Finišā tiesnesis reģistrēs jūsu rezultātu.

**DISTANCE:** Distancē jāapmeklē visi kontrolpunkti noteiktā secībā, kuri savienoti ar nepārtrauktu līniju. Startā, kontrolpunktos un finišā ir jāatzīmējas ar jums piešķirto SPORT IDENT atzīmēšanas ierīci, sagaidot gaismas un skaņas signālu. Aizliegts šķērsot lentes. Dalībnieks drīkst pārvietoties tikai pa izveidotajiem koridoriem. Par lentu šķērsošanu tiks piemērots sods 5 minūtes par katru reizi, kas tiks pieskaitīts jūsu kopējam pavadītajam laikam distancē. Rezultāts netiek vērtēts ja distance netiek pabeigta, tiek veikta nepilnīgi vai kontrolpunkti tiek apmeklēti nepareizā secībā. Distances garums ap 450 metriem.

**FINIŠS:** Pēc pēdējā kontrolpunkta atzīmes jādodas uz finišu, tajā jāatzīmējas un tad lēnām jādodas nolasīt savu SPORT INDENT atzīmēšanas ierīci. Tā jāatdod finiša tiesnesim

**VĒRTĒŠANA:** Komandas rezultātu noteiks 6 labāko dalībnieku laiku summa. Ja viens vai vairāki no komandas sešiem ieskaites dalībniekiem nebūs veikuši distanci pilnībā komanda tiks vērtēta aiz komandām ar sešām ieskaitēm.

**PAPILDUS INFORMĀCIJA:** Startēt ieteicams ar ērtiem sporta apaviem. Sacensību vietā norisināsies arī citas sporta aktivitātes. Karšu paraugi un cita noderīga informācija, lai sagatavotos sacensībām <http://telpuorientesanas.lv>