

NOLIKUMS

Vecates pagasta vasaras sporta spēles 2024

Norises datums: 2024. gada 11. augustā

Norises vieta: Vecates pagasta sporta laukumā, Vecates pag., Valmieras nov.

Laiks: plkst. 11.00

1. MĒRĶIS UN UZDEVUMI

- 1.1. Popularizēt sportu kā veselīgu un aktīvu dzīvesveidu.
- 1.2. Veicināt dažāda vecuma iedzīvotāju fizisko aktivitāti, piedāvājot sporta disciplīnas ar rezultātu fiksēšanu un uzskaiti.
- 1.3. Veicināt fizisko aktivitāšu pieņemšanu ģimenēs, socializēties, tādā veidā stiprinot ne tikai savu fizisko veselību, bet arī garīgo veselību.
- 1.4. Noskaidrot labākos individuālos sportistus un komandas sporta veidos.

2. VADĪBA

- 2.1. Sporta dienu organizē Burtnieku kultūras centra struktūrvienība Vecates pagasta kultūras centrs, sadarbībā ar Vecates pagasta sporta entuziastiem.

3. DALĪBNIEKI

- 3.1. Startē ikviens interesents, atbilstoši savām spējām un sagatavotībai;
- 3.2. Dalībnieks var piedalīties vairākās sporta disciplīnās, ja tas netraucē sacensību norisi.
- 3.3. Katrs dalībnieks uzņemas pilnu atbildību par sava veselības stāvokļa atbilstību distances veikšanai un apliecina to, reģistrējoties. Sacensību organizatori nenes atbildību par dalībnieku iespējamām traumām vai nelaimes gadījumiem sacensību laikā. Par nepilngadīgo personu veselības stāvokli atbild viņu likumīgie pārstāvji.

4. PROGRAMMA:

- 4.1. plkst. 10:30 dalībnieku reģistrēšanās komandu disciplīnām;
- 4.2. plkst. 11:00 sporta spēļu atklāšana;
- 4.3. no plkst. 11:05 individuālās un komandu sporta aktivitātes;
- 4.4. Apbalvošana pēc katras sporta disciplīnas.

5. SPORTA DISCIPLĪNAS:

- 5.1. komandu sporta disciplīnas:

Sporta disciplīna	Sporta disciplīnas apraksts	Dalībnieki
Kornhola dubultspēles	<p>Kornhols spēles komplekts sastāv no diviem galdiem, novietotiem viens otram pretī 8 m attālumā un 8 maisiņiem, četriem vienā krāsā un četriem citā. Katrs spēles dalībnieks/komanda spēlē ar 4 vienas krāsas maisiņiem visu spēli.</p> <p>Abi spēles dalībnieki atrodas blakus kornhola galdam, katrs savā galda sānā un pamītšus izdara metienus pa pretī esošo galdu. Kad katrs dalībnieks ir izdarījis visus 4 metienus, tiek saskaitīti punkti, šo sauc par inningu. Pēc katra inninga spēlētāji pāriet pie otra galda.</p> <p>Jaunietis/ pieaugušais izdara metienus no 8 m attāluma, bērns līdz 12 gadiem izdara metienus no 5 m attāluma.</p> <p>Punktu skaitīšana:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Par katru maisiņu, kurš atrodas uz galda, dalībnieks saņem 1 punktu;2. Par katru maisiņu, kurš ir trāpīts caurumā, dalībnieks saņem 3 punktus;3. Pēc katra inninga tiek salīdzināti iegūtie punkti abiem dalībniekiem un tas dalībnieks, kurš ir guvis vairāk punktu, šo	<p>vienā komandā 2 dalībnieki</p> <p>(1 jaunietis (13 gadi un vecāks)/ pieaugušais + 1 bērns līdz 12 gadiem)</p>

	<p>punktu starpību pieskaita kopējam rezultātam (piemēram, ja abi dalībnieki ir trāpījuši pa vienam maisiņam uz galda, tad ininga rezultāts ir 0:0 un neviens no dalībniekiem punktus nav guvis vai ja kāds no dalībniekiem ir trāpījis 2 maisiņus uz galda, bet pretinieks tikai 1, tad ininga rezultāts ir 1:0);</p> <p>4. Ja maisiņš pieskaras zemei, nav trāpīts uz galda vai caurumā, punkti nepienākas;</p> <p>Spēle rit līdz 21 punktiem vai 10 minūtēm.</p>	
Florbols 3x3	<p>Spēle tiek uzsākta ar centra izspēli.</p> <p>Spēlētājiem nedrīkst būt klāt priekšmeti, ieskaitot juvelierizstrādājumus, kuri var savainot sevi vai citus spēlētājus. Drošības nosacījumi attiecas arī uz spēlētāju ekipējumu. Turnīrā drīkst piedalīties tikai atbilstošā sporta apģērbā un apavos.</p> <p>Spēles notiek bez vārtsarga. Katrai komandai spēles laikā laukumā atrodas trīs spēlētāji. Komanda drīkst veikt spēlētāju maiņu.</p> <p>Ja bumba no kāda spēlētāja ir atstājusi laukumu, pretinieku komandai tā jāievada spēlē no maksimāli tuvas vietai, kur tā šķērsojusi laukuma apmali. Visās strīdīgajās situācijās bumbiņa tiek izspēlēta laukuma malā pie nosacītās centra līnijas, piedaloties pa vienam spēlētājam no katras komandas.</p> <p>Ja bumbiņa tiek raidīta ārpus laukuma bez atsītiem vai rikošetiem, pretinieku komanda tiek pie iespējas izpildīt izgājieni 1:1.</p> <p>Pēc vārtu zaudējuma vai pēc izgājiena 1:1 izpildes bumbiņa tiek ievadīta spēlē no viena metra zonas līnijas pie vārtiem. Šajā gadījumā jauns uzbrukums obligāti jāuzsāk ar vismaz vienu piespēli un tikai pēc tam komandas biedrs drīkst izdarīt metienu pa pretinieku vārtiem.</p> <p>Izspēlējot bumbiņu pēc pārkāpuma jeb tā saucamā autu, pretējās komandas spēlētājam jāatrodas vismaz 3 metru attālumā no izspēles vietas.</p> <p>Ja divām vai vairākām komandām ir vienāds punktu skaits, augstāku vietu ieņēmušo komandu nosaka:</p> <ul style="list-style-type: none"> • savstarpējo spēļu rezultātiem; • pēc labākās vārtu starpības savstarpējās spēlēs; • pēc lielākā gūto vārtu skaita savstarpējās spēlēs; • pēc labākās vārtu starpības visās spēlēs. <p>Ja visi šie rādītāji ir identiski, augstāku vietu ieņēmušo komandu nosaka ar papildus izgājieni 1:1 palīdzību līdz pirmajai kļūdai.</p>	<p>vienā komandā 3 spēlētāji + 1 rezervists</p>
Tautas bumba	<p>Spēle norisinās pēc tautas bumbas noteikumiem, noteikumi tiks izklāstīti pirms spēles. Piedalīties aicināts ikviens – individuāli, ar draugiem vai ģimeni. Komandas tiks līdztvērtīgi sadalītas pirms sacensību sākuma.</p>	<p>vienā komandā 5 spēlētāji</p>

6.2 individuālās sporta disciplīnas:

Sporta disciplīna	Sporta disciplīnas apraksts	Dalībnieku vecuma grupas
1. Skriešanas kross bērniem līdz 12 gadiem Plkst. 11:30	Distanču garums līdz 500 m.	Piedalās bērni līdz 12 gadiem, apbalvoti tiek visi ar piemiņas medaļu un našķi
2. Šautriņu mešana	Katram dalībniekam 8 metieni	Bērni 5 gadi un jaunāki Bērni 6-7 gadi Bērni 8-10 gadi Bērni 11-12 gadi Jaunieši 13-15 gadi S 16-49/ V 16-49 Seniori 50 gadi un vecāki
3. Netradicionālie basketbola soda metieni	Katram dalībniekam ar vienu basketbola bumbu jāizpilda 10 soda metieni	Bērni 5 gadi un jaunāki Bērni 6-7 gadi Bērni 8-10 gadi Bērni 11-12 gadi Jaunieši 13-15 gadi S 16-49/ V 16-49 Seniori 50 gadi un vecāki
5. Lēkšana ar riņķi	Katrs dalībnieks veic distanci lecot ar riņķi, distances garums līdz 100 m.	Bērni 5 gadi un jaunāki Bērni 6-7 gadi Bērni 8-10 gadi Bērni 11-12 gadi Jaunieši 13-15 gadi S 16-49/ V 16-49 Seniori 50 gadi un vecāki
6. Krokets	Kroketu spēlē ar speciāliem āmuriem. Spēles mērķis ir ar pēc iespējas mazāku āmura sitienu skaitu pārvietot savu bumbu cauri noteiktai vārtiņu kombinācijai no starta līdz finiša mietam.	Bērni 5 gadi un jaunāki Bērni 6-7 gadi Bērni 8-10 gadi Bērni 11-12 gadi Jaunieši 13-15 gadi S 16-49/ V 16-49 Seniori 50 gadi un vecāki
7. Velokross bērniem līdz 12 gadiem Plkst. 12:00-12:40	Distanču garums līdz 500 m jāveic uz laiku. Vienlaicīgi distanci veic 2 dalībnieki.	Bērni 5 gadi un jaunāki Bērni 6-7 gadi Bērni 8-10 gadi Bērni 11-12 gadi
8. Bumbiņu mešana	Katram dalībniekam 8 metieni	Bērni 5 gadi un jaunāki Bērni 6-7 gadi Bērni 8-10 gadi Bērni 11-12 gadi Jaunieši 13-15 gadi S 16-49/ V 16-49 Seniori 50 gadi un vecāki

6. PIETEIKŠANĀS:

- 6.1. Komandu disciplīnām dalībnieki iepriekš var pieteikties pie Vecates pagasta sporta entuziastes Diānas Krastiņas pa tālruni 20264676.
- 6.2. Dalībniekiem komandu būs iespējams pieteikt uz vietas sacensību dienā no plkst.10:30.

7. APBALVOŠANA

- 7.1. Komandu sporta disciplīnās tiks apbalvoti 1.-3.vietu ieguvēji katrā disciplīnā ar medaļām.
- 7.2. Katrā sporta disciplīnā apbalvo 1. - 3.vietu uzvarētājus visās vecuma grupās ar medaļām.