Apstiprinu : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Latvijas Bērnu un Jauniešu Sporta Asociācijas

Valdes priekšēdētājs Mārtriņš Začests 2018. gada 17.04.2018.

**LBJSA un CARNIKAVAS NOVADA**

**NOLIKUMS**

**Carnikavas novada Ģimeņu sporta dienai**

**Mērķis un uzdevums**

Popularizēt un attīstīt veselīgu dzīvesveidu un sportiskas ģimenes ierašas Carnikavas novadā.

## Vieta un laiks

## Ģimenes sporta diena notiks 2018.gada 10. jūnijs plkst.1100 Carnikavas sporta kompleksa stadionā,

## Smilšu iela 1.

## Pasākumu vadība

## Sacensības organizē un vada Latvijas Bērnu un Jauniešu sporta asociācija sadarbībā ar Carnikavas novada domi. Sacensību galvenais organizators Sandra Krūma.

## Pasākuma dalībnieki

Bērni, jaunieši un pieaugušie. Pasākuma dalībnieki ir ģimenes, kas sacenšas pa vecumu grupās. Vecumu grupas tiek sadalītas pēc bērnu vecuma un ģimeņu veida:

* Bērni līdz 3 gadi;
* Bērni līdz 6 gadi;
* Bērni līdz 9 gadi;
* Bērni līdz 12 gadi;
* Bērni līdz 15 gadi;
* Daudzbērnu ģimene.

## Programma

Stafetes un uzdevumi (uzdevumu attēlojumu skatīt pielikumā):

1. Šķēršļu sprinta stafete
2. Formula 1
3. Komandas vardes lēciens
4. Metiens mērķī
5. Jautrās sporta spēles

**Nosacījumi**

* Sacensības ir komandas;
* Komanda ir ģimene un uzdevumus pilda 1 pieaugušie un 1 bērns;
* Daudzbērnu ģimenes komandā piedalās 2 pieaugušie un 2 bērni;
* Jaunietis pēc 15 gadu vecuma skaitās kā pieaugušais;
* Komandām ir jāizpilda visi uzdevumi un jāpiedalās katram ģimenes loceklim;
* Ģimene pati sadala, kurus uzdevumus pildīs katrs ģimenes loceklis.

## Pasākuma pieteikumi

Ģimenes dalību apstiprināt uz e-pastu [bernusports11@gmail.com](mailto:bernusports11@gmail.com) 9.jūnijam plkst.12:00. Komandas vārdisko sastāvu apstiprināt pasākuma dienā no plkst. 10:00-10:45

## Apbalvošana

Visas Ģimeņu sporta dienas komandas saņem pārsteigumu balvas. Labākās ģimeņu dienas komandas tiks apbalvoti ar diplomiem un dāvanām.

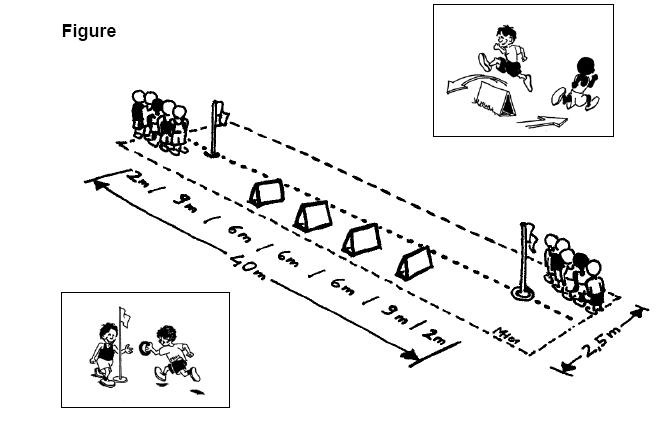
**Par dalībnieka veselību atbild ģimenes pārstāvis, kas piesaka dalībniekus startam. Pārstāvi, kas piesaka sacensībām jābūt pilngadīgam.**

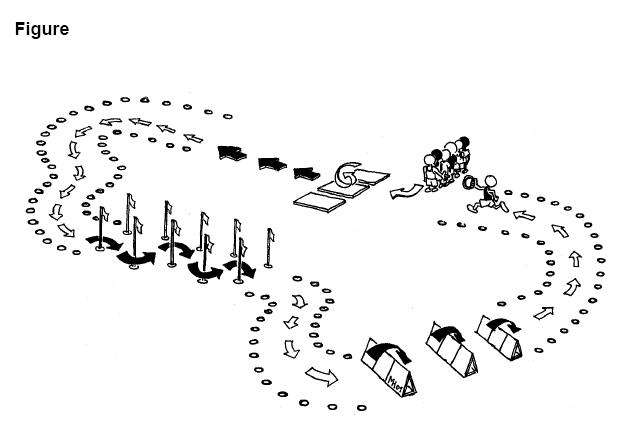
**Ģimenes dienas sporta pasākums tiks fotografēts un filmēts.**

Sandra 29148946

Pielikums

**Par katru uzdevuma rezultātu komanda saņem punktus. Veiklākā komanda ir tā, kura saņēmusi visvairāk punktu.**

**1.uzdeums – Šķēršļu sprinta stafete**

**2.uzdevums – Formula 1**

**3.uzdevums – Komandas vardes lēciens (kopā 6 lēcieni)**

****

**4.uzdevums - Metiens mērķī (kopā 6metieni)**

**5. Jautrās sporta spēles**

