# N O L I K U M S

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| http://www.salaspils.lv/userfiles/image/Logo/sportaSkola.jpg |  |  | Apstiprinu: Salaspils sporta skolas  direktore ***Anita Trumpe***  ***\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_***  ***2019.gada 6.novembrī*** |

SALASPILS SPORTA SKOLAS sezonas atklāšanas sacensības telpās

***“2-cīņa”***

VIEGLATLĒTIKĀ

***2019.gada 29.novembrī***

1. **Mērķis un uzdevumi**

Vieglatlētikas popularizēšana un attīstība bērnu vidū.

* pārbaudīt treniņu darba rezultātus;
* vieglatlētikas daudzcīņas popularizēšana;
* sadarboties ar tuvāko novadu sporta skolu vieglatlētikas nodaļām.

**2. Laiks un vieta**

Sacensības notiks **2019.gada 29.novembrī** **plkst. 13:00** Salaspils sporta nams, Smilšu iela 1.

**3. Organizatori**

Sacensības organizē un vada Salaspils sporta skola.

Sacensību galvenais tiesnesis: Aigars Feteris

Sacensību galvenā sekretāre: Zane Ķīkule (mob.t. 27848616, [zanjuxs5@inbox.lv](mailto:zanjuxs5@inbox.lv) ).

**4. Dalībnieki**

Sacensībās piedalās uzaicinātās organizācijas un sporta skolas.

Sacensībās piedalās sportisti 3 vecuma grupās:

**U8** 2012.-2013.g.dz. meitenes un zēni

**U10** 2010. - 2011.g.dz. meitenes un zēni

**U12** 2008.-2009.g.dz. meitenes un zēni

**5. Sacensību programma**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Vecuma grupa** | **2-cīņas veids** | **50m** | **50m/b** | **T/l no vietas** | **A/l** | **P/b mešana no apakšas uz priekšu** | **4 apļu skrējiens** |
| **U8** | Ātrums | X |  | X |  |  |  |
| Spēks |  |  | X |  | X |  |
| Izturība | X |  |  |  |  | X |
| **U10, U12** | Ātrums | X |  |  | X |  |  |
| Tehniskais |  | X |  | X |  |  |
| Spēks |  |  | X |  | X |  |
| Izturība |  |  | X |  |  | X |

***6. Ievērībai***

* **Tāllēkšana no vietas** 2 + 2 mēģinājumi (rezultātu veidos, summējot divus labākos rezultātus).
* **50m/b** tehniskie parametri meitenēm un zēniem – 12,00 – 6,90 – 68,00.
* **Pildbumbas mešana no apakšas uz priekšu** 2 + 2 mēģinājumi (U8 un U10- 1 kg, U12-2 kg) rezultātu veidos, summējot divus labākos rezultātus.

**Sacensībās drīkst piedalīties tikai ar zāles sporta apaviem.**

**7. Pieteikumi**

Sportistu dalību sacensībās jāpiesaka **līdz 2019.gada 26.novembrim plkst.18:00,**  sūtot pieteikumu uz e-pastu [sporta.skola@salaspils.lv](mailto:sporta.skola@salaspils.lv) pēc pieteikuma parauga, kas pievienots pielikumā, norādot 2-cīņas veidu.

Sacensību programma tiks nosūtīta uz e-pastiem 28.11.2019 līdz plkst. 14:00.

***Dalībnieku pieteikšana sacensību dienā netiek atļauta!***

**8. Vērtēšana**

Rezultātus vērtē pēc divu disciplīnu summas katrā 2-cīņā.

Par 1.vietu katrā veidā -1punkts, par 2.vietu – 2 punkti, par 3.vietu – 3 punkti utt…

Uzvar sportists, kam mazākā punktu summa.

Vienādu punktu skaita gadījumā augstākā vieta dalībniekam, kuram augstāka vieta pamatdisciplīnā (ātrums- 50m, spēks- p/b mešana no apakšas uz priekšu, izturība- 4 apļi un tehniskajā- augstlēkšana).

**9.Apbalvošana**

1.-3.vietas ieguvēji katrā disciplīnā kā zēniem tā meitenēm tiks apbalvoti ar diplomiem un medaļām.

Uz apbalvošanu sacensību dalībniekiem jāierodas sporta tērpā.

**10. Drošības noteikumi**

* Salaspils sporta skolas administrācija ir atbildīga par sacensību vietas aprīkojuma piemērotību, inventāra nostiprinājumu un atbilstību ekspluatācijas un drošības prasībām. Pirms sacensībām galvenais tiesnesis pārliecinās par tehniskā nodrošinājuma piemērotību attiecīgajam pasākumam.
* Sporta sacensībās ir klāt ārstniecības persona, vai vadītāja norīkota par pirmās palīdzības sniegšanu atbildīgā persona.
* **Sacensībās par izglītojamo drošību un veselību atbild sporta treneris vai cita pavadošā persona no organizācijas, kas piesaka dalībnieku startam.**
* **Sods par sacensību nolikuma prasību neievērošanu – komandas vai individuāli startējošā dalībnieka diskvalifikācija no sacensībām.**

**11. Informācija un publicitāte**

Sacensību nolikums, aktuālākā informācija par norisi, sacensību kārtas un kopvērtējuma apkopotie rezultāti būs pieejami Salaspils sporta skolas mājas lapā [www.salaspilssportaskola.lv](http://www.salaspilssportaskola.lv), Salaspils novada mājas lapā [www.salaspils.lv](http://www.salaspils.lv) sadaļā „Sports” un LVS mājas lapā [https://athletics.lv](https://athletics.lv/).

Pielikums

**Pieteikums**

(sporta skolas nosaukus)

U8

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nr.p.k** | **Vārds/ uzvārds** | **Dzimšanas dati** | **2-cīņas veids** | **Treneris** |
| 1. | Jānis Bērziņš | 111111-11111 | Spēks | ….. |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

U10

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nr.p.k** | **Vārds/ uzvārds** | **Dzimšanas dati** | **2-cīņas veids** | **Treneris** |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

U12

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nr.p.k** | **Vārds/ uzvārds** | **Dzimšanas dati** | **2-cīņas veids** | **Treneris** |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |