

APSTIPRINU

Dundagas novada domes
priekšsēdētājs

Gunārs Laicāns
2013.gada 23. jūlijā

Dundagas novada SPORTA DIENAS

NOLIKUMS

Vieta un laiks

2013.gada 10.augusts, pulksten 10.00
Dundaga, Mazās skolas stadions

Mērķis

Veicināt veselīgu dzīvesveidu un nodarbošanos ar sportiskām aktivitātēm Dundagas novadā, popularizējot aktīvo atpūtu, kā veselību stiprinošu, relaksējošu, emocionālu nodarbi visos vecumos.

Sacensību vadība

Sacensības organizē Dundagas novada Dome
Sacensību galvenais tiesnesis: Aldis Felts
Sacensību sekretārs: Arvis Henriņš

Sacensību dalībnieki:

- Dundagas novada uzņēmumos strādājošie un viņu ģimenes locekļi (bērni, dzīvesbiedri utt.);
- Dundagas novada ciemu sastādītās komandas;
- Ģimeņu, domubiedru un citādi sastādītas komandas.

Dalībnieku skaits komandā ne mazāk kā 7 cilvēki

Sacensību vērtēšana

Katrā sporta veidā par I vietu iegūst 1 pt, II vietu – 2pt, III vietu – 3 pt, 4.vieta - 4pt, 5.vieta - 5pt, 6.vieta - 6pt utt.

Komandu ieskaitē tiek vērtēti septiņi labākie rezultāti.

Kopvērtējumā uzvar komanda ar mazāko punktu summu. Ja kopvērtējumā vairākām komandām vienāds punktu skaits, tad augstāku vietu iegūst komanda, kura ieguvusi vairāk I, II, III vietas.

Komandas, kurām nav pilns ieskaīšu skaits, tiek vērtētas aiz pilnā ieskaīšu skaita komandām.

Dalības maksa

10.00 LVL no katras komandas. Samaksāt sacensību dienā vai Dundagas novada Domes kasē

Pieteikumi

Līdz 09.08.2013. par piedalīšanos paziņot Sandrai Kokorevičai, tel.nr. 26342122

Vārdiskie pieteikumi – sacensību dienā; makšķerēšanā – līdz sacensību sākumam.

Apbalvošana

1.- 3. vietu ieguvēju komandu dalībnieki katrā sporta veidā tiek apbalvoti ar diplomiem un balvām.
1. - 3. vietu ieguvēju komandas, kuras ieguvušas labākos rezultātus kopvērtējumā, tiek apbalvoti ar pārsteiguma balvām.

Visas komandas, kuras piedalījušās sacensībās saņem 10 brīvbiļetes uz balli vakarā.

Par savu veselības stāvokli katrs dalībnieks atbild pats un apliecina ar savu parakstu!!!!

Komandām jābūt nodrošinātām ar medicīniskām aptiecinām!!!!

Programma

1. Makšķerēšana

Komandā 2 dalībnieki – neatkarīgi no dzimuma. Sacensības notiek Dundagas dīķī uz saliņas no krasta. Sākums 6.00 līdz 9.00. attālums starp dalībniekiem vismaz 7 m un var brīvi pārvietoties pa saliņu. Atļauts makšķerēt ar vienu jebkura veida makšķeri ar 1 āķi vai grunts makšķeri ar 2 āķiem. Atļauts jebkurš iebarošanas veids, izņemot dzīvas vai beigtas zivtiņas. Komandu vērtējumā ieskaita 2 dalībnieku noteiktajā sacensību laikā izvilktu lomu, kas atbilst makšķerēšanas noteikumiem, kopsvaru.

Volejbols vīriešiem

Komandā 4 dalībnieki + 1 rezervists. Sacensības notiek pēc v/b spēles noteikumiem – servētājs nedrīkst spēlēt kā pirmās līnijas spēlētājs un spēlētāji mainās zonās.

Spēlē 1 setu līdz 21 punktam (ar 1pt pārsvaru), pēc 11 punktiem mainās laukuma pusēm.

Ja divām vai vairākām komandām ir vienāds punktu skaits, vietu kārtību nosaka sekojoši:

pēc visu uzvarēto un zaudēto punktu attiecības visās posma spēlēs;

pēc savstarpējo spēļu rezultātiem;

pēc iegūto un zaudēto punktu attiecības

Pusfināla un fināla spēles spēlē līdz 2 setu uzvarai, trešajā setā spēlē līdz 15 punktiem. Izšķirošajā setā pēc 7 punktiem mainās laukuma pusēm.

3. Volejbols sievietēm

Komandā 4 dalībnieki + 1 rezervists. Sacensības notiek pēc v/b spēles noteikumiem – servētājs nedrīkst spēlēt kā pirmās līnijas spēlētājs un spēlētāji mainās zonās.

Spēlē 1 setu līdz 15 punktiem (ar 1pt pārsvaru), pēc 7 punktiem mainās laukuma pusēm.

Ja divām vai vairākām komandām ir vienāds punktu skaits, vietu kārtību nosaka sekojoši:

pēc visu uzvarēto un zaudēto punktu attiecības visās posma spēlēs;

pēc savstarpējo spēļu rezultātiem;

pēc iegūto un zaudēto punktu attiecības

Pusfināla un fināla spēles spēlē līdz 2 setu uzvarai. Izšķirošajā setā pēc 7 punktiem mainās laukuma pusēm.

4. Tautasbumba sievietēm

Komandā 5 + 1 rezervists. Spēles ilgums 2x5 minūtes, ar 1 minūtes pārtraukumu starp puslaikiem. katru puslaiku komandas uzsāk pilnā sastāvā. Spēles laukums 7x15m, kuru ierobežo līnijas. Spēle notiek ar volejbola bumbu. Spēli tiesā divi tiesneši. Vecākais tiesnesis veic izlozi pirms spēles sākuma un fiksē laiku. Spēles noteikumu pārkāpumi tiek fiksēti ar svilpi.

Setu uzsāk komandas kapteine. Nākamo setu uzsāk iepriekšējā setā zaudējusī komanda. Laukumā atrodas 4 spēlētājas, tām pretī, otrā laukuma pusē - viņu kapteine.

Ja divām vai vairākām komandām ir vienāds punktu skaits, vietu kārtību nosaka sekojoši:
pēc visu uzvarēto un zaudēto punktu attiecības visās posma spēlēs;
pēc savstarpējo spēļu rezultātiem;
pēc iegūto un zaudēto punktu attiecības

5. Tālākšanas stafete ar smaguma sajūtu

Komandā 5 dalībnieki - 3 vīrieši un 2 sievietes. Katrs dalībnieks izpilda vienu lēcieni uz priekšu, atsperoties ar abām kājām vienlaicīgi. Lēciens izpildāms, turot abās rokās ne īpaši smagu, bet traucējošu smagumu. Tiek fiksēts kopējais komandas lēcieni garums. Uzvar komanda, kurai lēciens ir vistālākais.

6. Futbols

Spēles laiks 2x10 min ar 2 min pārtraukumu, Uz laukuma 4 spēlētāji + vārtsargs. Rezervē viens spēlētājs. Vārtus var sargāt visi komandas dalībnieki ar jebkuru ķermeņa daļu izņemot **rokām**. Ja notiek spēle ar roku sargājot vārtus, tad tiek piešķirts soda sitiens no laukuma centra pa tukšiem vārtiem. Ja spēle ar roku notiek citā laukuma daļā, tad pretinieku komanda izpilda soda sitienu pēc tiesneša svilpes. Ja bumba tiek izsista ārpus laukuma sānu līnijas, tad to ievada spēlē ar kāju no sānu līnijas kurā vietā bumba to šķērsojusi. Ja bumba tiek izsista ārpus laukuma gala līnijas, tad tiek izpildīts stūra sitiens. Ja notikusi rupja spēle, tad pārkāpējs tiek noraidīts uz divām soda minūtēm un komanda spēlē mazākumā.

Atkarībā no pieteikto komandas skaita tiks izveidotas apakšgrupas, kurās katra komanda izspēlēs ar katru. Komanda, kura izcīnīs grupā 1.vietu tiek pusfinālā, 2. un 3.vietas spēlē ar otras grupas komandām noskaidrojot pārējās divas komandas pusfinālam. Grupas 4.un 5.komandas attiecīgi izspēlē pārējās vietas.

Ja divām komandām ir vienāds punktu skaits, vērā tiek ņemts:

- 1) savstarpējās spēles rezultāts;
- 2) kopējo vārtu attiecība;
- 3) gūto vārtu skaits;
- 4) tiek sarīkota soda sitienu, no centra pa tukšiem vārtiem, sērija.

Ja trijām vai vairāk komandām ir vienāds punktu skaits, vērā tiek ņemts:

- 1) gūto punktu skaits savstarpējās spēlēs;
- 2) vārtu attiecība savstarpējās spēlēs;
- 3) vārtu attiecība visās spēlēs;
- 4) gūto vārtu skaits visās spēlēs;
- 5) tiek sarīkota soda sitienu, no centra pa tukšiem vārtiem, sērija.

Par uzvaru tiek piešķirti 3 punkti, par neizšķirtu 1punkts, par zaudējumu un neierašanos uz spēli 0 punkti.

7. Veiklības stafete

Komandā 6 cilvēki - 3 vīrieši un 3 sievietes. Stafetes aprakstu komandas saņems sacensību dienā.

8. Spēka kontrole

Komandā 2 dalībnieki. Veicamo uzdevumu komandas uzzinās pirms starta.

9. Bosu cīņas

Šajā sacensību veidā piedalās viens dalībnieks – komandas boss, kurš varēs apliecināt savu veiklību, apķērību un citas dotības.

10. Traktorista eksāmens

Komandā 4 dalībnieki. Spēka un ātruma pārbaude- noteiktu attālumu uz laiku jāstumj transportlīdzeklis.

Visiem interesentiem:

Šautriņu mešana /tiek vērtēts individuāli/

Attālums no mērķa 2.37m, mērķa augstums – 1.73m. Tiek novilkta kontroles līnija, kurai pārkāpt vai uzkāpt nedrīkst– metiens netiek ieskaitīts. Par metienu saņem 0 punktus tajā gadījumā, ja aizmet garām vai šautriņa izkrīt no mērķa. Katrs dalībnieks izpilda 20 metienus trīs metienu sērijās starptautiskajā mērķī. Iegūto punktu skaits summējas. Vienāda punktu skaita gadījumā uzvar dalībnieks, kuram ir lielākais reizināto punktu skaits. Atsevišķi netiek vērtētas sievietes un vīrieši. Uzvarētājiem – pārsteiguma balva.

Katrs dalībnieks pats ir atbildīgs par personisko drošību, atrodoties šautriņu mešanas mērķa tuvumā.

Basketbola soda metieni /tiek vērtēts individuāli/

Katrs dalībnieks izpilda 15 metienus. Visvairāk punktus ieguvušajam- pārsteiguma balva.

Sacensību organizatori patur tiesības precizēt nolikumu pa sacensību veidiem līdz sacensību sākumam