

2024.g. 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 2024. gada 7. septembrī Smiltenes sporta kompleksā pie Tepera ezera. Komandu ierašanās līdz plkst. 9:30; Komandu pārstāvju sanāksme un izloze – plkst. 9:45; Sacensību atklāšana plkst. 10:00; Sacensību sākums plkst. 10:30

Organizatori: Sacensības organizē Smiltenes novada Sporta pārvalde. Sacensību galvenais tiesnesis: Matīss Mežulis /tel. 29128932/

Dalībnieki: sacensībās aicinātas piedalīties Smiltenes novada pagastu, iestāžu, organizāciju, fizisku personu veidotas komandas. Dalībnieku vecums – ne jaunāki par 2008.g. dzimušajiem.

Sacensību nosacījumi:

1. Sacensībās piedalās komandas; vienā komandā var pieteikt 14 dalībniekus (minimālais dalībnieku skaits – 10);
2. Sacensību laikā komandā citus dalībniekus iekļaut nedrīkst;
3. Komandas savā starpā sacenšas 11 sporta veidos (Organizatoriem ir tiesības sporta veidu skaitu palielināt vai samazināt);
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 augstāko vietu /piemēram ja komanda dala 5v. – 8v. – visas komandas saņem 5 punktus/;
6. Komandu vērtējumā tiek vērtēta mazākā izcīnīto vietu summa visos sporta veidos; ja divām vai vairāk komandām rezultāti ir vienādi – augstāku vietu iegūst komanda, kas izcīnījusi labāku vietu **Supu stafetē**;
7. Ja kādā no sporta veidiem komanda neveic distanci līdz galam, izstājas vai tiek diskvalificēta, tad attiecīgajā sporta veidā komanda saņem pēdējai vietai atbilstošu punktu skaitu. Ja tas notiek atkārtoti, tad komanda par attiecīgo vietu punktus vairāk nesaņem un kopvērtējumā tiek vērtēta pēc komandām, kuras saņēmušas punktus visos 11 sporta veidos.
8. Ikviens sacensību dalībnieks pats atbild par savu veselības stāvokli, apliecinot to ar savu parakstu komandas pieteikumā.

Sporta veidi un to apraksts:

1. **“Supu stafete”** – No komandas startē 4 vīrieši un 4 sievietes: Dalībniekiem secīgi jāveic norādītā distance ar Supu, bet bez aira, vadot to ar rokām un kājām. Orientējošais distances garums – 200m
2. **“Beisbols”** – No komandas startē 5 vīrieši un 5 sievietes; Sacensības risinās šķēpa mešanas sektorā. Mešanas laukums ir sadalīts četros sektoros. Pirmajam /tuvākajam/ sektoram ir 1p. vērtība, otrajam – 2p., trešajam 3p.; ceturtajam 4p. vērtība. Katrā komandā ir divi ķērāji /vīrietis un sieviete/. Sievietes uzdevums ir ar beisbola ķērājcimdu (kreisās rokas!) palīdzību komandas biedru mestās bumbiņas noķert 1 un 2 sektorā;

vīrieša uzdevums – to pašu veikt 3 un 4 sektorā. Pārējie komandas dalībnieki katrs secīgi izpilda piecus bumbuņu metienus. Par katru ķērāja “ķeselē” noķerto bumbuņu komanda saņem sektoram, kurā tas tiek izdarīts atbilstošu punktu skaitu. Komandu vērtējumā visi iegūtie punkti tiek summēti.

3. **Šķēršļu josla** – No komandas startē 5 vīrieši un 5 sievietes; Komanda veic noteiktu distanci ar dažādiem uzdevumiem: iešana pa virvēm, līšana zem šķēršļa, dalībnieku pārvietošanu u.t.t.
4. **Futbola biatlons** - komandā 5 vīrieši un 4 sievietes; Dalībnieki stafetes veidā izpilda sekojošu uzdevumu: vienlaicīgi vai secīgi ar kāju jāvada divas futbola bumbas un jāiesit tās futbola vārtos – pēc tam tas pats uzdevums jāatkārto uz pretējā laukuma pusē novietotiem vārtiem – pēc tam abas bumbas jānovieto sākuma punktā un jānodod stafete nākošajam komandas dalībniekam. Visā sacensību norises laikā bumbu nedrīkst aizskart ar roku. Par bumbas aizskaršanu ar roku komanda saņem 1min. soda laiku, par katru šāda veida pārkāpumu. Uzvar komanda, kura doto uzdevumu veiks maksimāli ātrākā laikā.
5. **Disku golfs** - Piedalās 3 vīrieši un 3 sievietes. Dalībnieki izspēlē divus grozus/spēles celiņus mēģinot ar lidojošajiem šķīvīšiem trāpīt speciāli paredzētā “grozā”. Uzvar komanda, kura to izdara ar vismazāk metieniem.
6. **Barjerotā tāllēkšana** – komandā 4 vīrieši un 4 sievietes; Uz tāllēkšanas ieskrējiena celiņa ir novietotas 3 barjeras /68cm augstas/. Dalībniekam vispirms ir jāpārskrien pāri visām barjerām un tad jāizpilda lēciens tāllēkšanas bedrē. Lēciens tiek mērīts no atspēriena vietas norādītajā sektorā. Dalībnieki secīgi izpilda divus lēcienus tālumā, no kuriem mēra vienu labāko. Visu 8 komandas dalībnieku rezultāti tiek summēti.
7. **Bolta sprints** – Komandā 5 vīrieši un 5 sievietes; Dalībnieki stafetes veidā veic smaguma platformas vilkšanu 160m distancē ar apgriezieni. Sievietēm uz platformas novietots 10kg svaru disks, vīriešiem 20kg. Komandas dalībnieki, kuri nestartē šajā sporta veidā var palīdzēt apgrieziena punktā apgriezt platformu. Vispirms skrējieni izpilda visas sievietes, pēc tam vīrieši.
8. **Novuss** – Komandā 4 vīrieši un 4 sievietes; Uz novusa galda pretējās pusēs ir novietoti 16 kauliņi (vienā pusē melnā krāsā, pretējā – sarkanā). Sieviešu uzdevums ir iesist melnos kauliņus, vīriešu – sarkanos. Spēles sākumā dalībnieki secīgi (vienu sitienu izpilda sieviete, nākošo vīrietis u.t.t.) cenšas sasist visus attiecīgās krāsas kauliņus; pēc tam, kad tie sasisti – drīkst sist arī pretējās krāsas kauliņus. Pārējie spēles noteikumi ir, kā klasiskajā novusā (par neprecīzu sitienu kauliņš tiek pievienots klāt u.t.t.). Pēc precīza sitiena dalībnieks turpina spēli līdz pirmajai kļūdai un tad sitienu izpilda nākošais komandas dalībnieks. Uzvar komanda, kura visus kauliņus sasītīs ar mazāko maiņu skaitu.
9. **Fermeru pastaiga** – Komandā 4 vīrieši un 4 sievietes: katrs dalībnieks secīgi veic divu hanteļu pārnesanu (dalībnieks pārnes hanteles, skrien atpakaļ un nodod stafeti nākošajam dalībniekam. Hanteļu svāri ir diferencēti sākot no 80kg (kopējais svārs) līdz 16kg.
10. **Basketbola stafete** – piedalās 4 vīrieši un 4 sievietes. 3X3 basketbola laukums ir sadalīts 3 zonās kur katrai zonai ir sava vērtība (1, 2 un 3 punkti). Dalībnieku kollona atrodas aptuveni 20 m aiz trīspunktu līnijas. Katrs no dalībniekiem ar dribla palīdzību dodas līdz

grozam un izpilda pa vienam metienam no konkrētas pozīcijas, pēc tam bumbu padodot nākošajam komandas dalībniekam, kurš izmet savu metienu no izvēlētajā zonas. Šādi tiek turpināts līdz iztek atvēlētais laiks. (5 min.) Uzvar komanda, kura atvēlētajā laikā ieguvusi visvairāk punktu..

11. Kalnu slēpošana – Piedalās 9 dalībnieki trijos piegājienos pa 3, kuri ar trīsvietīgajām slēpēm veic noteiktu distanci pa kalnu lejā un pēc tam uznes slēpes kalnā un nodod stafeti nākošajam trijniekam.. Uzvar komanda ar vis ātrāko distancē pavadīto laiku.

Pieteikumi: komandām jāveic iepriekšēja pieteikšanās Smiltenes Sporta pārvaldē – Gaujas ielā 2, /telefons 29128932; e-pasts: matiss.mezulis@smiltenesnovads.lv/ līdz 05.09. plkst. 20.00. Sacensību dienā līdz plkst. 9.40 sacensību sekretariātā jāiesniedz rakstisks pieteikums – pēc pievienotās formas.

Apbalvošana: Pirmo trīs vietu ieguvēji komandu vērtējumā tiks apbalvoti ar piemiņas balvām. Ikviens komanda saņems gandarījuma balvu.