

NOLIKUMS

1. MĒRĶIS UN UZDEVUMI

- 1.1. Veicināt veselīgu un sportisku dzīves veidu.
- 1.2. Noteikt veiklākos Latvijas Universitātes studentus.
- 1.3. Veicināt sporta prestižu Latvijas Universitātē.
- 1.4. Veidot interesi par studentu sportu Latvijas Universitātē.
- 1.5. Organizēt sacensības.

2. LAIKS UN VIETA

- 2.1. Sacensības notiek 2013. gada 12. decembrī Rīgā, stadionā „Daugava”.
Sacensības sākums- plkst. 18:00.

3. ORGANIZATORI

- 3.1. Sacensības organizē Latvijas Universitātes- Pedagoģijas, Psiholoģijas un Mākslas fakultātes, specialitātes „sporta skolotājs” 3. kursa studenti, sadarbībā ar Latvijas Universitāti.

4. DISTANCES UN TO UZVARĒTĀJU NOTEIKŠANA

- 4.1. Dragreiss 30m;
- 4.2. Tāllēkšana no vietas;
- 4.3. Skrējiens zem barjerām;
- 4.4. Pildbumbas mešana no sēdus stāvokļa;
- 4.5. „Limbo” .

5. DALĪBNIEKI

- 5.1. Sacensībām var pieteikties ikviens Latvijas Universitātes students bez vecuma un dzimuma ierobežojumiem.
- 5.2. Dalībnieki tiks vērtēti sekojošās grupās:

Vīrieši

Sievietes

6. REGISTRĀCIJA

6.1. Reģistrēšanās sacensībām notiks sacensību dienā stadionā „Daugava” pie sekretariāta.

7. DALĪBAS MAKSA

7.1. Dalībniekiem un skatītājiem nav dalības maksa

8. APBALVOŠANA

8.1. Godalgoto pirmo 3 vietu ieguvējus abās dalībnieku grupās, katrā disciplīnā, apbalvo ar diplomiem un medaļām.

8.2. Sacensību kopvērtējuma uzvarētājam (rezultātu veido visās disciplīnās sasniegto rezultātu summa, **izcīnītā vieta**) tiek pasniegts kauss.

8.3. Dragreisā darbiniekiem, apbalvo visus dalībniekus ar specbalvām.

9. REZULTĀTU PUBLICĒŠANA

9.1. Operatīvie sacensību rezultāti būs pieejami sacensību dienā un būs aplūkojami sacensību centrā uz ziņojumu dēļa.

9.2. Oficiālie sacensību rezultāti tiek publicēti Latvijas Universitātes mājas lapā, nedēļas laikā pēc sacensībām.

9.3. Piesakoties sacensībām visi dalībnieki apliecina, ka neiebilst sacensību laikā uzņemto fotogrāfiju publicēšanai Latvijas Universitātes mājas lapā.

10. VESELĪBA

10.1. Reģistrējoties sacensībām katrs dalībnieks uzņemas pilnu atbildību par savu veselību un atbilstību dalībai šinīs sacensībās.

10.2. Sacensību organizatori nenes atbildību par dalībnieku iespējamām traumām vai veselības traucējumiem sacensību laikā.

11. DIKSVĀLIFIKĀCIJA

11.1. Dalībnieki, kas neievēros izstrādātos sacensību noteikumus (15. punktā), tiks diskvalificēti disciplīnā, kurā tika pārkāpti noteikumi.

11.2. Par diskvalifikācijas pamatu var kalpot arī citu sacensību dalībnieku iesniegtais protests (iesniedzot protestu iesniedzējs iemaksā 10Ls sacensību sekretariātā, iesniedzējiem nelabvēlīga lēmuma rezultātā, iemaksātā nauda netiek atgriezta), kas tiek izskatīts 2 stundu laikā pēc protesta iesniegšanas.

12. PRETENZIJAS

12.1. Pretenzijas par sacensību rezultātiem tiek pieņemtas rakstveidā 24 stundas laikā pēc to publicēšanas. Saņemtās pretenzijas tiek izskatītas 7 dienu laikā.

13. IZMAIŅAS SACENSĪBU NOLIKUMĀ

13.1. Organizatoriem ir tiesības izdarīt izmaiņas un papildinājumus sacensību nolikumā.

14. PIETEIKUMI

14.1. Pieteikumi rakstveidā jāiesūta līdz 2013. gada 11. decembrim, plkst. 17.00 sūtot uz e-pastu: sportaskolotaji2011@inbox.lv vai arī tās var aizpildīt sacensību dienā pus stundu pirms starta Daugavas stadionā.

15. NOTEIKUMI

Dragreiss

Distances garums 30m. Starts no augstā vai pusaugstā starta. Starts tiek dots mutiski pēc šādām komandām (ieņemiet vietas, uzmanību, maršs!) Katrā dragreisa skrējienā skrien divi cilvēki, ātrākais no skrējiena tiek nākamajā kārtā. Atļauts izmantot speciālos skriešanas apavus. Uzvar dalībnieks, kurš finišē pirmais.

Tāllēkšana no vietas

Stāvot pie tāllēkšanas bedres malas Lēciens tālumā no vietas ar paralēli novietotām kājām. Lēciens jāveic, atsperoties ar abām kājām vienlaicīgi un piezemējoties tāllēkšanas bedrē. Rezultātu mēra no tuvākās nospiedumu vietas bedrē, rezultātu nolasa no bedres malas. Katram dalībniekam ir 3 mēģinājumi. Uzvar dalībnieks, kurš uzrāda tālāko rezultātu. Ja rezultāti ir vienādi, tad attiecīgi tiek vērtēti pārējie lēcieni. Šādā gadījumā uzvar otra tālākā lēciena īpašnieks, utt.

Bumbas mešana no sēdus stāvokļa

Bumba jāmet no sēdus stāvokļa, kājas var būt saliektas vai taisnas pie līnijas. Bumbas mešana notiek no krūtīm. Rezultātu mēra no bumbas piezemšanās vietas un rezultātu nolasa pie līnijas. Uzvar tas, kurš uzrāda tālāko rezultātu. Ja rezultāti ir vienādi, tad

attiecīgi tiek vērtēti pārējie metieni. Šādā gadījumā uzvar otra tālākā metiena īpašnieks, utt.

Limbo

Pēc sacensību dalībnieka vienošanās ar tiesnesi tiek noteikts sākuma augstums. Dalībniekam ir jāizlien zem latiņas atliecoties atpakaļ, neskarot zemi ar rokām vai citām ķermeņa daļām, izņemot pēdas. Dalībnieks arī nedrīkst aizskart latiņu. Latiņas augstums katru reizi tiek samazināts par 10 cm. Ja dalībnieks nespēj noteikumos paredzētajā veidā veikt disciplīnu, tad viņš izstājas. Katram dalībniekam vienam augstumam tiek dots tikai viens mēģinājums. Paliekot 2 dalībniekiem, katru reizi latiņas augstumu samazina par 5 cm. Uzvar dalībnieks, kurš izlīdis caur zemāko latiņas augstumu.

Barjeras skriešana caur apakšu.

Starts no pusaugstā vai augstā starta. Distances garums 40 m, uz kuras atliktas 3 barjeras, kurām ir jāizlien cauri (barjeru augstums ir 91 cm). Ja dalībnieks nav pārvarējis kādu no šķēršļiem, automātiski tiek diskvalificēts. Uzvar tas, kurš ātrāk veic šo šķēršļu distanci, lienot cauri barjerām.

Kopvērtējumu punktu tabula

1.vieta 1.p

2.vieta 2.p

3.vieta 3.p

4.vieta 4.p

5.vieta 5.p

6.vieta 6.p

7.vieta 7.p

8.vieta 8.p

u.t.t.

Kopvērtējumā uzvar tas dalībnieks, kurš startējis visās disciplīnās un kopvērtējumā ieguvis mazāko punktu skaitu.

N.P.K.	Fakultāte	UZVĀRDS, VĀRDS	DZIMŠANAS DATI (diena, mēnesis, gads)
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			

Komandas pārstāvis _____ /11.12.2013./

Mob: