

APSTPRINU
Dienvidkurzemes Sporta skolas direktors
D.Zombergs
2023. gada 3. aprīlī

Dienvidkurzemes novada
I skolēnu sporta spēļu
nolikums
vieglatlētikā

1. Mērķis un uzdevumi

1. Iesaistīt skolēnus regulārās vieglatlētikas nodarbībās.
2. Veicināt vieglatlētikas sacensību regulāru iekļaušanu skolas un novada skolēnu sacensību kalendārā.
3. Noskaidrot labākos novada skolu audzēkņus vieglatlētikas disciplīnās.

2. Sacensību vieta un laiks

Aizputes stadionā 2023.gada 10.maijā
Sacensību sākums plkst. 10.00.

3. Dalībnieki

„B” - 2007.-2008.g.dz.

„C” - 2009.-2010.g.dz.

„D” - 2011.-2012. g.dz.

„E” - 2013. g.dz. un jaunāki.

Vidusskolu klašu audzēkņi var startēt B grpā ārpus konkursa, ja ir tāda vēlēšanās. Viens dalībnieks drīkst startēt ne vairāk kā trīs disciplīnās.

Dalībniekiem jābūt tērptiem sporta veida noteikumiem atbilstošos sporta tērpos ar numuru piestiprinātu uz krūtīm. Skolām numuri tiks piešķirti ierodoties stadionā.

Skola drīkst pieteikt ne vairāk kā 3 dalībniekus 100m, 400m un tāllekšanas disciplīnās.

Sacensības disciplīnā nenotiek, ja iepriekšējā pieteikumā pieteikts tikai viens dalībnieks.

4. Sacensību programma

„B” grupas zēni: 100m; 400m; 800m; a/l; t/l; šķēps; lode.

„B” grupas meitenes: 100m; 400m; 800m; a/l; t/l; šķēps; lode.

„C” grupas zēni: 100m; 400m; 800m; a/l; t/l; šķēps; lode.

„C” grupas meitenes: 100m; 400m; 800m; a/l; t/l; šķēps; lode.

„D” grupas zēni: 100m; 400m; t/l; a/l; lode; šķēps.

„D” grupas meitenes: 100m; 400m; t/l; a/l; lode; šķēps.

„E” grupas zēni: 60m; 400m; t/l;a/l.

„E” grupas meitenes: 60m; 400m; t/l;a/l.

Sacensību programma

9.30- 9.45		Pieteikumu iesniegšana un izmaiņu izdarīšana Pārstāvju un tiesnešu sanāksme
10.00	60m priekšskrējieni 60m priekšskrējieni Tāllēkšana Augstlēšana Šķēps Lode	E zēni E meitenes D meitenes (tuvākais dēlītis 2m) D zēni (1,10m) B meitenes (0,5kg) C zēni (4kg)
10.15	100m priekšskrējieni	D zēni D meitenes C zēni C meitenes B zēni B meitenes A jaunieši A jaunietes
10.30	Tāllēkšana Lode Augstlēšana Šķēps	E meitenes (tuvākais dēlītis 2m) D zēni (3 kg) E zēni (0,9m) D meitenes (0,4kg)
11.00	Lode Tāllēkšana Augstlēkšana Šķēps	C meitenes (3kg) C zēni (tuvākais dēlītis 3m) B meitenes (1.20m) B zēni (0,7kg)
11.30	800m skrējieni Tāllēkšana Augstlēkšana Lode Šķēps	C zēni C meitenes B zēni B meitenes E zēni (tuvākais dēlītis 2m) E meitenes (0,8m) D meitenes (2kg) D zēni (0,4kg)
12.00	60m finālskrējieni Šķēps Augstlēkšana Lode Tāllēkšana	E zēni E meitenes C meitenes (0,4kg) C zēni (1,20m) B zēni (5kg) B meitenes (tuvākais dēlītis 3m)
12.10	100m finālskrējieni	D zēni D meitenes C zēni C meitenes B zēni B meitenes

12.30	Augstlēcšana Tāllēcšana Lode Šķēps	C meitenes (1.10m) B zēni (tuvākais dēlītis 3m) B meitenes (3kg) C zēni (0,6kg)
13.00	400m Tāllēcšana Augstlēcšana	E zēni E meitenes D zēni D meitenes C zēni C meitenes B zēni B meitenes D zēni (tuvākais dēlītis 2m) D meitenes (1m)
13.30	Tāllēcšana Augstlēcšana	C meitenes (tuvākais dēlītis 3m) B zēni (1.30m)
14.00	Apbalvošana	(arī sacensību laikā)

E grupā tāllēcšanā izpilda 3 mēģinājumus bez fināliem.

D un C grupās tāllēcšanā, lodes grūšanā, šķēpa mešanā izpilda 3 mēģinājumus bez fināliem.

5. Apbalvošana

1.—3.vietu ieguvēji katrā disciplīnā tiek apbalvoti ar medaļu un diplomu.

6. Tiesneši

Laiki- M.Jaunskalže, A.Kļava.

Sekretariāts- sporta skolas administrācija.

Tāllēcšana- E.Reinsone, A.Pūpols.

Augstlēcšana- M.Pūpola.

Lodes grūšana- V.Svažs.

Šķēpa mešana- Ģ. Ločmelis.

Finiša brigāde- Aizputes vidusskola.

7. Pieteikumi

Vārdiskie pieteikumi ar dalībnieku dzimšanas datiem jāiesniedz sacensību dienā no plkst. 9.00-9.30. sacensību galvenajam tiesnesim G.Ozola.

Iepriekšējie pieteikumi elektroniski jāiesūta uz adresi sportaskola@dkn.lv līdz **8.maijam plkst. 16.00** pēc zemāk norādītās **Excel** formas sākot ar A grupas jauniešiem, A grupas jauniešiem, B grupas jauniešiem utt. Aiz cipariem punktus neliek. Tabulu aizpilda **11. izmēra Calibri fontā**.

Sacensību dienā jaunus dalībniekus pieteikt nevarēs.

Nr.	Vards, uzvārds	Dz. gads	Skola	Grupa	Disciplīna	Disciplīna	Disciplīna

Numurus izdos iesniedzot vārdiskos pieteikumus.

I līdz iāhūt saspraužamaiām adatām ar ko niestiprināt numuru