

NOLIKUMS

Ādažu novada senioru 10. sporta spēlēm

Ādažos, 2013.gada 14.septembrī

1.Mērķis un uzdevums

- 1.1.Patīkami un veselīgi pavadīt laiku.
- 1.2.Iesaistīt pēc iespējas vairāk pensionāru sabiedriskās aktivitātēs.
- 1.3.Nodibināt ciešākus kontaktus ar citu novadu senioru organizācijām un kolektīviem.

2.Laiks un vieta

Sacensības notiks 2013.gada 14.septembrī laukumā pie Ādažu kultūras centra.

Sacensību atklāšana plkst.13.00.

Ierašanās, dalībnieku reģistrācija no plkst. 12.00.

Lauku virtuves pusdienas 15.00

Apbalvošana, dalībnieku koncerts un balle 16.00 Ādažu kultūras centrā.

3.Sacensību programma

Katra novada senioru kolektīvs startē kā vienota komanda. Katrs tās dalībnieks var startēt vienā vai vairākās sacensībās. Katra novada senioru kolektīvs var pieteikt neierobežotu komandu skaitu stafetei un frisbijam, tad kopvērtējumam ņem vērā labākās komandas rezultātu.

3.1.Dvieļu volejbols.

Komandā līdz 6 cilvēkiem. Uz laukuma spēlē 2 pāri katrā komandā, kuri, turot dvieļus aiz stūriem, uztver ar tiem pretinieka raidīto bumbu un raida to atpakaļ pretinieka laukumā. Spēle notiek pēc vispārējiem volejbola noteikumiem līdz vienas komandas uzvarai 2 setos pēc divmīnuss sistēmas. Setu spēlē līdz 11 punktiem. Ja nepieciešams trešais sets, tad to spēlē līdz 6 punktiem. Spēlētāju maiņu var izdarīt setu starplaikos. Pirmo trīs vietu ieguvējus nosaka pēc finālspēlēm, bet pārējās vietas nosaka pēc uzvarēto setu skaita, bet, ja tie ir vienādi, tad pēc iegūto punktu skaita visos setos. Atkarībā no pieteikto komandu skaita un spēļu ilguma organizatoriem ir tiesības mainīt sacensību sistēmu vai setu garumu.

3.2.Stafete

Komandā 5 cilvēki Komanda veic visus zemāk norādītos uzdevumus sekojošā secībā:

- 1.Dalībnieki nostājas kolonā pirms starta līnijas.. Pēc starta signāla pirmais dalībnieks izņem no trauka bumbu, nostājas atpakaļ savā vietā un pāri galvai sniedz bumbu aizmugurē stāvošajam komandas biedram, tas pasniedz bumbu nākošajam starp savām kājām, utt. Pēdējais dalībnieks saņem bumbu caur priekšā stāvošā kājām un pasniedz to atpakaļ tam pāri galvai, bet tas savukārt priekšā stāvošajam caur viņa kājām, utt. Pirmais dalībnieks saņem bumbu caur savām kājām un novieto to atpakaļ traukā.

- 2.Komanda ar piecvietīgām slēpēm pārvietojas līdz vietai, kur atrodas trauks ar kartupeļiem

3. Kad slēpju gals sasniedzis noteikto līniju, pirmais dalībnieks paņem trauku un met 3 kartupeļus noteiktā attālumā novietotajā spainī. Pa to laiku pārējie dalībnieki nostājas kolonā aiz viņa. Pirmais dalībnieks pēc tam nodod trauku nākošajam dalībniekam, bet pats pārvietojas kolonas aizmugurē. Nākošais dalībnieks met 3 kartupeļus utt., kamēr komanda sametusi spainī 15 kartupeļus.

4. Komanda ar piecvietīgām slēpēm pārvietojas līdz nākošajai atzīmei.

5. Kad slēpju gals sasniedzis noteikto līniju, pirmais dalībnieks skrien pie noteiktā attālumā novietotā bluķa, ņem āmuru un uzsit vienu reizi pa naglu. Pa to laiku pārējie dalībnieki nostājas kolonā aiz līnijas. Pirmais dalībnieks skrien atpakaļ un nodod āmuru nākošajam dalībniekam, bet pats nostājas kolonas aizmugurē. Otrais dalībnieks skrien pie bluķa un uzsit vienu reizi pa naglu, utt, kamēr nagla pilnīgi iedzīta blūķī.

6. Labāka vieta ir komandai, kas uzdevumus veikusi īsākā laikā.

3.3. Boče

Komandā līdz 6 cilvēkiem. Vienlaicīgi spēlē 3 cilvēki katrā komandā. Spēlētāju maiņu var izdarīt pēc kārtējā raunda pabeigšanas. Katram spēles dalībniekam ir 2 boče bumbas. Vispirms izlozē komandu, kura sāks spēli. Tad kāds no šīs komandas dalībniekiem no atzīmētās līnijas izmet mērķa bumbiņu, ko parasti sauc par džeku, 6-10 metru attālumā un met/ripina vienu savu boče bumbu pēc iespējas tuvāk džekam. Pēc tam kāds dalībnieks no otras komandas met/ripina vienu boče bumbu pēc iespējas tuvāk džekam. Tad met tās komandas dalībnieks kurai izmestās bumbas atrodas tālāk no džeka nekā otras komandas tuvākā bumba džekam. Raunds turpinās, kamēr abu komandu dalībnieki izmetuši visas savas bumbas. Komanda, kuras boče bumba atrodas vistuvāk džekam, iegūst vienu punktu. Ja vēl kāda šīs komandas boče bumba atrodas tuvāk džekam nekā pretinieku tuvākā bumba, tad par katru šādu bumbu komanda iegūst vēl 1 punktu. Uzvar tā komanda, kura pirmā iegūst 5 punktus. Lai novietotu savu bumbu tuvāk džekam, drīkst izsist gan pretinieka boče bumbu, gan džeku.

Atkarībā no pieteikto komandu skaita spēles notiek pēc vienmīnuss vai divmīnuss sistēmas. Pirmo trīs vietu ieguvējas komandas nosaka finālspēlēs, bet pārējo vietu sadalījumu nosaka pēc iegūto punktu skaita visos raundos.

3.4. Frisbijs

Komandā 5 cilvēki. Vārti sadalīti 9 sektoros – katrs no tiem ar savu punktu izteiksmi.

4	3	4
3	2	3
2	1	2

No 10 metru līnijas dalībnieks izpilda 5 lidojošā šķīvīša metienus brīvi izvēlētā sektorā. Katru trāpījumu tiesnesis pārvērš punktos. Dalībnieku piecu metienu punkti tiek summēti. Labāka vieta ir komandai, kas ieguvusi vairāk punktu. Organizatoriem ir tiesības mainīt mērķa tālumu un vārtu dalījums sektoros.

4. Vērtēšana komandu ieskaitē

Komandu ieskaitē vērtē visus sacensību veidus. Vietu kopvērtējumā nosaka summējot komandas izcīnītās vietas katrā veidā.

Ja komanda nepiedalās kādā no sacensību programmas veidiem, sacensību kopvērtējumā par šo veidu tā saņem pēdējai vietai atbilstošus punktus plus viens punkts.

Kopvērtējumā uzvar komanda ar vismazāko punktu summu (vietu summu). Vienādu punktu skaita gadījumā augstāka vieta komandai, kurai vairāk pirmo vietu atsevišķos sacensību veidos. Ja šis rādītājs ir vienāds, salīdzina otrās vietas u.t.t.

5. Apbalvošana

Apbalvo pirmo vietu ieguvējus katrā sacensību veidā un pirmo trīs vietu ieguvējus kopvērtējumā.

6. Vadība

Galvenais tiesnesis – Osvalds Krūze.

Galvenā sekretāre - Guna Galūza.

Tiesneši:

Dvieļu volejbols – Uldis Rubezis

Stafete - Elmārs Rūcis

Boče - Viktors Fedoreks

Frisbijs - Ēriks Drīliņš.