

# NOLIKUMS

## Ādažu novada senioru 11. sporta spēlēm

Ādažos, 2014.gada 13.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 2014.gada 13.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, tad kopvērtējumam ņem vērā labākās komandas rezultātu. Frisbijam var pieteikt neierobežotu dalībnieku skaitu, tad kopvērtējumam ņem vērā komandas piecus labākos rezultātus.

#### 3.1.Dvieļu volejbols.

Uz laukuma spēlē 2 pāri katrā komandā, kuri, turot divieļus 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. Setu spēlē līdz 9 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 spēles notiek pēc vienvīnuss vai divvīnuss sistēmas. 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 bluķī.

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

### **3.3. Petanka.**

Vienlaicīgi spēlē 3 cilvēki katrā komandā. Katram spēles dalībniekam ir 2 bumbas. Vispirms izlozē komandu, kura sāks spēli. Tad kāds no šīs komandas dalībniekiem no atzīmētās līnijas izmet mazo mērķa bumbiņu, ko sauc par džeku, 6-10 metru attālumā un met/ripina vienu savu bumbu pēc iespējas tuvāk džekam. Pēc tam kāds dalībnieks no otras komandas met/ripina vienu 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 bumba atrodas vistuvāk džekam, iegūst vienu punktu. Ja vēl kāda šīs komandas 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 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 neierobežots cilvēku skaits, bet ieskaita piecus labākos rezultātus. 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, kuras 5 dalībnieki ieguvuši vairāk punktu.

Organizatoriem ir tiesības mainīt mērķa tālumu un vārtu dalījums sektoros.

### **3.5 Dārni.**

Vienlaicīgi spēlē 4 cilvēki katrā komandā.

Spēle sākas ar izlozi, kas nosaka kura no komandām sāks spēli un kur būs spēlētāju atrašanās vieta (kreisā vai labā pusē no platformas).

Divas platformas novietotas 6m attālumā viena pretī otrai, bet spēlētāji izvietojas pa diviem no katras komandas pie abām platformām aiz platformas priekšējās līnijas.

Dalībnieki drīkst pārvietoties aiz šīs līnijas līdz 5 metriem uz sāniem no platformas.

Katram spēles dalībniekam ir pa 2 maisiņam. Katra komanda vienā gājienā pamīšus (1. komandas 1. dalībnieks, tad 2. komandas 1. dalībnieks, tad 1.kom.2.dalībnieks utt) izmet visus maisiņus. Ja trāpa atvērumā, tad ir 3 punkti. Ja maisiņš paliek uz platformas, tad ir 1 punkts. Punktus skaita, kad dalībnieki izmetuši visus maisiņus un vienāda maisiņu skaits caurumā vai uz platformas savstarpēji dzēšas.

Punkti netiek skaitīti (maisiņš tiek no spēles uzreiz izņemts), ja dalībnieks pārkāpj pāri līnijai, ja dalībnieks 20 sekunžu laikā neizdara metienu vai ja komanda izmet papildus nākamo metienu, neļaujot otras komandas dalībniekam veikt savu kārtējo metienu.

Kārtējo gājieni sāk tā komanda, kura iepriekšējā gājienā ieguva vairāk punktus. Ja punktu skaits ir bijis vienāds, tad ņem pēc vēl viena gājiena iepriekš.

Uzvar tā komanda, kura pirmā iegūst 11 vai vairāk punktus.

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 gājienos.

### **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 - Aija Rupšeniece

Tiesneši:

Dvieļu volejbols – Uldis Rubezis

Stafete - Elmārs Rūcis

Petanka- Viktors Fedoreks

Frisbijs - Ēriks Drīliņš.

Dārni Harijs Nipkens