

**ZIRU PAGASTA SPORTA SPĒLES**  
**ZIRU PAGASTA SVĒTKU IETVAROS**

**2023**

**SPORTA PROGRAMMA**

**PIEKTDIEN, 28. JŪLIJS**

**18:30 – STRĪBOLS**

**PĒC SPĒLĒM APBALVOŠANA**

**SESTDIEN, 29. JŪLIJS**

**10:00 – PLUDMALES VOLEJBOLS**

**10:00 – 13:00 INDIVIDUĀLĀ DAUDZCĪŅA**

**12:00 – DVIEĻBOLS**

**13:00 – VELO VEIKLĪBA**

**14:00 – OLU MEŠANA**

**18.30 – APBALVOŠANA ZIRU PAGASTA PARKĀ**

**ZIRU PAGASTA SPORTA SPĒLES**  
**ZIRU PAGASTA SVĒTKU IETVAROS**  
**2023**  
**N O L I K U M S**

**Mērķis un uzdevums:**

- Popularizēt veselīgu un aktīvu brīvā laika pavadīšanu Ziru pagastā.
- Iesaistīt aktivitātēs dažāda vecuma iedzīvotājus.

**Vieta un laiks:**

Sporta spēles notiks no 28. līdz 29. jūlijam Ziru pagasta sporta laukumā. Sacensības organizē un vada Ziru pagasta sporta organizētājs, kultūras nama vadītāja, brīvprātīgie tiesneši. Sacensību **sākums 29. jūlijā plkst. 10.00 (Strītbols 28. jūlijā plkst. 18.30)**

**Sporta veidu apraksti**

**PLUDMALES VOLEJBOLS**

Sacensības notiek pēc oficiālajiem pludmales volejbola spēles noteikumiem. Spēļu sistēmu un izcīņas kārtību nosaka uz vietas galvenais tiesnesis, pamatojoties uz pieteikto komandu skaitu. Spēles tiesā paši dalībnieki vai savādāk – par to vienojoties uz vietas. Ja divām komandām ir vienāds punktu skaits, tad uzvarētāju nosaka sekojoši:

- pēc visu setu uzvarēto un zaudēto punktu skaita attiecības;
- pēc savstarpējo spēļu rezultātiem.
- pēc visu spēļu uzvarēto un zaudēto punktu skaita attiecības;

**STRĪTBOLS**

Sacensības notiks pēc ielu basketbola noteikumiem. Spēļu sistēmu un kārtību noteiks galvenais tiesnesis pēc pieteikto komandu skaita. Spēles tiesā paši dalībnieki vai savādāk – par to vienojoties uz vietas. Spēle ilgst 8 minūtes. Komanda sastāv no 4 dalībniekiem, 3 laukumā un viens rezervē vai 3 dalībniekiem bez rezerves spēlētāja. Komandas var būt jauktos sastāvos, ja komandā ir sieviete viņas gūtie punkti tiek dubultoti. Neizšķirta rezultāta gadījumā pēc pamatlaika beigām, tiek spēlēts, līdz uzvaras punktam. Šajā gadījumā bumba ir komandai, kura spēli uzsāka no aizsardzības.

Ja divām komandām ir vienāds punktu skaits, tad uzvarētāju nosaka sekojoši:

- pēc visu spēļu uzvarēto un zaudēto punktu skaita attiecības;
- pēc savstarpējo spēļu rezultātiem.
- pēc vairāk gūtiem punktiem;

## DAUDZCĪNA

Sacensības individuālas.

Piedalās neierobežots dalībnieku skaits 4 vecuma grupās. Sievietes un vīrieši tiek vērtēti atsevišķi. Kopā 8 disciplīnas. Vecuma grupas:

1. 5 – 7 gadi;
2. 8 – 10 gadi;
3. 11 – 14 gadi;
4. 15 gadi un vecāki.

## DVIELBOLS

Komandā 4 spēlētāji. 2 x 5 min. Spēle notiek pēc volejbola noteikumiem. Dalībnieki pāros ar divieli ķer un met bumbu pāri tīklam. Kur noķer bumbu, no turienes met. Saspēle nav atļauta. Punktus turpina skaitīt pēc laukumu pušu nomaiņas. Spēļu sistēmu un izcīņas kārtību nosaka uz vietas galvenais tiesnesis, pamatojoties uz pieteikto komandu skaitu.

Ja divām komandām ir vienāds punktu skaits, tad uzvarētāju nosaka sekojoši:

- pēc visu spēļu uzvarēto un zaudēto punktu skaita attiecības;
- pēc savstarpējo spēļu rezultātiem.
- pēc vairāk gūtiem punktiem;

## OLU MEŠANA

Komandā 2 dalībnieki (sieviete + vīrietis). Tiek izsniegta 1 vistas ola. Viens no dalībniekiem met olu no starta pozīcijas, otrs ķer atkāpjoties. Metienu skaits: līdz saplīst ola. Attālums tiek mērīts līdz tai vietai, kur pēdējo reizi veiksmīgi noķerta ola, tai nesaplīstot.

## VELO VEIKLĪBA

Ar velosipēdu uz laiku jāveic kombinēta uzdevumu virkne jeb šķēršļu trase. Jāpiedalās ar savu velosipēdu, drīkst aizņemties no citiem dalībniekiem. **OBLIGĀTI lietot AIZSARGĶIVERI**, savādāk pie sacensībām netiks pielaisti.

3 vecuma grupas:

1. 6 – 9 gadi;
2. 10 - 15 gadi;
3. 16 gadi un vecāki;