



Ropažu
novads



NOLIKUMS

ROPAŽU SPORTA CENTRA

SPORTA UN AKTĪVA DZĪVESVEIDA VEICINĀŠANAS PASĀKUMS

ROPAŽU SPORTA DIENA “ROPAŽIEM 820”

1. **Mērķis un uzdevumi.** Popularizēt Ropažu novadu, Ropažu vēsturi, aktīvu dzīvesveidu 820 gadu svētku ietvaros, iepazīstot Ropažos pieejamās sportiskās aktivitātes. Veicināt novada iedzīvotāju piederības sajūtu, motivēt kopīgu, sportisku, veselīgu un aktīvu laika pavadīšanu. Noteikt un atbalstīt aktīvākos dalībniekus sacensībās.
2. **Laiks un vieta.** Sporta aktivitātes notiek 2025.gada 2.augustā no plkst.10:00 līdz plkst. 16:00 Ropažos, Ropažu pagasts, Ropažu novads, LV 2135: stadionā, parkā un brīvpieejas laukumos, pie tenisa kortiem/strītbola laukumā, Ropažu parka teritorijā.
3. **Pasākuma organizators** Ropažu novada pašvaldība, par sporta aktivitātēm - Ropažu Sporta centrs, sporta darba organizators Mārtiņš Nešpors, e-pasts: martins.nespors@ropazi.lv, tel. 29149020.
4. **Dalībnieki.** Ikviens interesents, atbilstoši savām spējām un interesēm, izņemot Ķer un servē bumbu - uzaicinātas komandas.
5. **Pieteikšanās.** Iepriekšēji pieteikumi nepieciešami sacensībām strītbola turnīram 3x3 un Ķer un servē bumbu, pārējām aktivitātēm pieteikšanās uz vietas, aktivitātes norises vietās, norādot vārdu, uzvārdu, vecumu. Komandu pieteikumiem jānorāda arī komandas pārstāvja vārdu, uzvārdu, telefona numuru un e-pastu. Sacensību norise tiks paziņota komandu pārstāvjiem ne vēlāk kā dienu pirms sacensībām e- pastā.
 - 5.1. Ķer un servē bumbu priekšroka pieteikumiem novada komandām un secīgi komandām, kuras pirmās iesūtījušas vārdisko pieteikumu (2.pielikums). Komandā atļauts pieteikt 8 dalībniekus, laukumā 5. Koordinatore M. Tīgere-Bernharde e – pasts madara.tigere-bernhard@ropazi.lv, tālr. 22194213 **līdz 30. jūlijam**. Piedalās aicinātas komandas. Spēļu secība tiks paziņota komandu pārstāvjiem ne vēlāk kā dienu pirms sacensībām e- pastā.
 - 5.2. Strītbola turnīrs 3x3 komandām OBLIGĀTA iepriekšēja pieteikšanās **līdz 30. jūlijam**, priekšroka komandām, kuras pirmās iesūtījušas vārdisko pieteikumu (3.pielikums). Komandā atļauts pieteikt līdz 5 dalībniekiem. Pieteikumu anketu <https://forms.gle/PKWU5FncC86KeTFPA> aizpilda elektroniski. Koordinators Atvars Ozoliņš e-pasts: atvars.ozolins@ropazi.lv, tel. 29356695.
6. **Programma un norises kārtība:**
 - 6.1. **Ķer un servē bumbu.** No plkst.10.00, pludmales volejbola laukumos, Rīgas ielā 5. Plānotais komandu skaits 6 – 8. Spēli tiesā 2 tiesneši: 1. tiesnesi nodrošina Ropažu Sporta centrs 2. tiesnesi - komanda, kura iepriekšējo spēli zaudējusi. Spēļu kārtība tiek noteikta, atkarībā no komandu skaita, spēles norit paralēli uz 2 laukumiem. Spēlē 2 setus līdz 15 punktiem. Neizšķirta gadījumā 3. sets līdz 11 punktiem.
 - 6.2. **Basketbola turnīrs 3x3. No plkst. 10.00,** Ropažos, Rīgas ielā 5. Basketbola laukumā. Plānotais komandu skaits 4 – 8. Spēles notiek jauktās komandās. līdz brīdim, kad viena no komandām gūst 11 punktus (tālmetiens - 2 punkti, pārējie

metieni - 1 punkts). Spēle sākās no laukuma trīspunktu metienu līnijas (uzbrukuma līnija). Pēc iemesta groza bumba pāriet otras komandas rīcībā. Strīdus bumba visos spēles gadījumos tiek atdota komandai, kura atrodas aizsardzībā. Pēc noteikumu pārkāpuma metienā tiek izpildīts 1 (viens) vai 2 (divi) soda metieni. Ja bumbu iegūst komanda, kas atrodas aizsardzībā, tā jāizspēlē laukā aiz trīspunktu līnijas. Uzvara komandai ar pārsvaru vismaz divi punkti. Spēļu tiesāšanu veic paši spēlētāji.

7. **Dzelzs vīra izaicinājums (smaguma turēšana ar laika kontroli).** Ropažu stadionā Sporta ielā 2 pie āra trenāžieriem. Reģistrēšanās pirms vingrinājuma izpildes (4.pielikums). Dalībnieki tiek dalīti 8 grupās pēc vecuma un dzimuma, katrai grupai noteikts atbilstošs turamais smaguma svars:

<i>vecuma grupa</i>	<i>Vīrieši</i>	<i>Sievietes</i>
Seniori 50+	2*1.25 L	1.25 L
Pieaugušie 21-49	5.2L	2*1.5 L
Jaunieši 14 - 20	2*1.25 L	1.25 L
Bērni 7* - 13	0.765 L	0.5 L

Dalībnieks nostājas ar muguru pret sienu. Svārs jānotur vienā iztaisnotā rokā, paceltā priekšā paralēli zemei. Nav atļauta ne rokas, ne ķermeņa kustība. Ja tiek konstatēta jebkāda kustība, vingrinājums tiek pārtraukts un tiek fiksēts laiks līdz kustības brīdim.

8. **Vērtēšana.**

- 8.1. **Ķer un servē bumbu.** Sacensību uzvarētāju nosaka pēc iegūto punktu kopsummas. Par uzvarētu spēli 2 setos 3 punkti, 3 setos 2 punkti; par zaudējumu 1p. Vienāda punktu skaita gadījumā augstāka vieta tiek piešķirta komandai 1) ja uzvarēta savstarpējā spēle; 2) ja vairāk uzvarētu setu turnīrā 3) ja lielāka visu turnīra setu uzvarēto/zaudēto "mazo" punktu attiecība.
- 8.2. **Basketbola turnīrs 3x3.** Sacensību uzvarētāju nosaka pēc iegūto punktu kopsummas. Par izcīnītu uzvaru komanda saņem 2 punktus, par zaudējumu 1 punktu, par neierašanos uz spēli 0 punktus.
- 8.3. **Dzelzs vīra izaicinājums /smaguma turēšana ar laika kontroli.** Uzvarētājs katrā grupā ir dalībnieks, kurš svaru noturējis visilgāk.
9. **Apbalvošana sacensībām** "Ķer un servē bumbu", 3x3 basketbols, "Dzelzs vīra izaicinājums", skriešanas, soļošanas, riteņbraukšanas "Izaicinājums 820" notiek no plkst. 16:30 uz galvenās skatuves. **Ja kādam no uzvarētājiem nebūs iespējams saņemt apbalvojumu noteiktajā laikā, tad pēc pasākuma, to varēs saņemt Ropažu Sporta centrā.*
- 9.1. **Ķer un servē bumbu.** 1.-3. vietas ieguvējas komandas dalībnieki tiek apbalvoti ar medaļām, komandas ar kausiem. Katrs dalībnieks saņem simbolisku piemiņas balvu.
- 9.2. **Basketbola turnīrs 3x3.** 1.–3. vietu ieguvējas komandas dalībnieki tiek apbalvoti ar medaļām. Katrs dalībnieks saņem simbolisku piemiņas balvu.
- 9.3. **Dzelzs vīra izaicinājums /smaguma turēšana uz laiku.** 1.vietu ieguvēji katrā vecuma un dzimuma kategorijā tiek apbalvoti ar medaļu un piemiņas balvu.

10. **Brīvi pieejamās aktivitātes** Ropažos, Rīgas ielā 5. :
 - 10.1. SUP atpūta un apmācība kanālā – parka ezerā un kanālā;
 - 10.2. Virvju šķēršļu josla - parka teritorijā netālu no tiltiņa pāri kanālam;
 - 10.3. Minigolfs - netālu no lielajām parka šūpolēm;
 - 10.4. Dažādas dārza spēles: Piemēram Jenga, Domino, Cornhole (ja nav lietus), Disku golfs, u.c. - parka teritorijā netālu no āra trenāžieriem.
11. **Atbildība un drošība.** Piedaloties sacensībās un aktivitātēs dalībnieks pats atbildīgs par savu veselību savu spēju atbilstību paredzamajai slodzei, par nepilngadīgo bērnu veselību un drošību atbildību uzņemas vecāki vai aizbildņi (skatīt 1.pielikumu Vecāku atļaujas veidlapa). Reģistrējoties pieteikuma anketā, dalībnieks ar parakstu apliecina, ka piekrīt un uzņemas pilnu atbildību par savu veselības stāvokli turnīra laikā, un akceptē savu personas datu (vārds, uzvārds, foto) izmantošanu rezultātu apstrādāšanai un publicēšanai pašvaldības informatīvajās vietnēs, www.ropazi.lv, Facebook “Ropažu novada sports” lapā, kā arī apņemas ievērot personīgo un savu bērnu drošību. Bērniem un jauniešiem līdz 16 gadu vecumam jābūt aizpildītai vecāku atļaujai par dalību 3x3 basketbola turnīrā un Dzelzs vīra izaicinājumā /smaguma turēšana uz laiku bez vecāku klātbūtnes, vai vecākam jāaizpilda reģistrācijas anketu klātienē.
12. **Personas datu apstrāde.** Informējam, ka SPORTA UN AKTĪVA DZĪVESVEIDA VEICINĀŠANAS PASĀKUMS “ROPAŽU SPORTA DIENA “ ROPAŽIEM 820” ir publisks pasākums, kura laikā iespējama pasākuma dalībnieku personas datu apstrāde, fotografējot un filmējot, kā arī pēc tam iegūtais materiāls var tikt publicēts Ropažu Sporta centra un Ropažu novada pašvaldības informatīvajos kanālos un izdevumos sabiedrības informēšanas nolūkos. Dalībnieks, kurš nevēlas, lai informācija, par viņa dalību pasākumā (foto, video publicēšana), tiktu publicēta, līdz sacensību sākumam iesniedz sacensību rīkotājam rakstisku lūgumu par savu datu un informācijas nepubliskošanu.

Sagatavoja Mārtiņš Nešpors

Pielikums nr.1

Ropažu novada pašvaldībai

Ropažu Sporta centram

VECĀKU ATĻAUJA

Nepilngadīgā (līdz 16 g.v.) dalībai sporta pasākumā/sacensībās bez vecāku klātbūtnes

Es, _____ (vecāka, aizbildņa vārds, uzvārds),
personas

kods _____, tālrunis _____, atļauju
piedalīties, un esmu informēts (-ta) par to, ka mans dēls/meita

(bērna vārds, uzvārds),

personas kods _____, piedalīsies Ropažu Sporta

centra organizētajā pasākumā “ **ROPAŽU SPORTA DIENA “ROPAŽIEM 820”” 3x3**
Basketbola turnīrā un Dzelzs vīra izaicinājumā /smaguma turēšana uz laiku,

kas norisināsies 2025. Gada 02.augustā Ropažos, Ropažu pagasts, Ropažu novads, LV
2135 stadionā, parkā un brīvpieejas laukumos, pie tenisa kortiem/strītbola laukumā,
Ropažu parka teritorijā.

****Apliecinu, ka mana bērna veselības stāvoklis ļauj viņam startēt nolikumā minētajās
aktivitātēs.***

****Piekrītu, ka mans bērns pasākuma laikā tiks fotografēts un filmēts. Iegūtie materiāli,
atbilstoši nolikumam, var tikt publicēti un būs publiski pieejami.***

***Ar šo parakstu apliecinu, ka esmu iepazinies (-usies) ar pasākuma nolikumu un
atļauju savam bērnam piedalīties un uzņemos atbildību par viņa veselību un uzvedību
pasākuma laikā***

Vecāka / aizbildņa paraksts

_____ Datums _____

KOMANDAS PIETEIKUMS “ĶER UN SERVĒ BUMBU”

N.p.k.	vārds, uzvārds	Dzimšanas gads	Spēlētāja nr.	Paraksts par personīgo atbildību par savu veselību sacensību laikā, iepazīšanos ar nolikumu
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				

Komandas kapteinis: _____,

kontakttālrunis _____

e -pasta adrese _____

KOMANDAS PIETEIKUMS "3X3 BASKETBOLS"

Komandas nosaukums _____

N.p.k.	vārds, uzvārds	Dzimšanas gads	Spēlētāja nr.	Paraksts par personīgo atbildību par savu veselību sacensību laikā, iepazīšanos ar nolikumu	Nepilngadīgajiem vecāku atļauja, atzīmēt "ir"
1.					
2.					
3.					
4.					

Komandas kapteinis: _____,

kontakttālrunis _____

e -pasta adrese _____

***DALĪBNIEKA PIETEIKUMS “DZELZS VĪRA IZAICINĀJUMS
/SMAGUMA TURĒŠANA AR LAKA KONTROLI”***

<i>vecuma grupa</i>	<i>Vīrieši</i>	<i>Sievietes</i>
Seniori 50+		
Pieaugušie 21-49		
Jaunieši 14 - 20		
Bērni 7* - 13		

<i>N.p.k.</i>	<i>vārds, uzvārds</i>	<i>Rezultāts</i>	<i>Dzimšanas gads un mēnesis</i>	<i>Paraksts par personīgo atbildību par savu veselību sacensību laikā, iepazīšanos ar nolikumu</i>	<i>Nepilngadīgajiem vecāku atļauja, atzīmēt "ir"</i>
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					
9.					
10.					
11.					
12.					