

# ŪDENS DIENA



**10.aprīlī** 5.-7.kl.gr. 3.st.,

8.-12.kl.gr. 4.st.

**11.aprīlī** 3.-4.kl.gr. 2.st.,

1.-2.kl.gr. 3.st.

## 1.-2.kl. sacensību programma:

bumbiņu vākšana (3 dalībnieki); peldējums ar garo „makaronu” (3 dalībnieki); „Trīs vīri laivā”(peldējums uz piepūšamā matrača pa 3 kopā); bumbas pārvietošana ar dažādiem priekšmetiem (2 dalībnieki)

**3.-4.kl. sacensību programma:** priekšmetu meklēšana (3 dalībnieki); bumbas vadīšana ar galvu (2 dalībnieki); „Jūras zirdziņš”( 3 kopā pārvietojas uz garā „makarona”); uzmaukt riņķītšus uz galvas (2 dalībnieki)

**5.-7.kl. sacensību programma:** metieni basketbola grozā(3 dalībnieki); peldējums uz muguras ar kājām pa priekšu (2 dalībnieki); priekšmetu meklēšana ( 3 dalībnieki); viens uz muguras ar garo „makaronu” velk otru, kas peld uz krūtīm (2 dalībnieki)

**8.-12.kl. sacensību programma: „ūdenspolo”.** Katra klase izspēlē ar katru. Komandā 4 dalībnieki. Ar bumbu var pārvietoties peldus, piespēlējot un izdarot piezemējumu norādītā vietā, par ko iegūst vienu punktu. Spēle bez vārtsargiem.



© Can Stock Photo - csp13778108



## NOLIKUMS

### Krimuldas vidusskolas

## ŪDENS DIENA

### I Mērķis un uzdevumi

Popularizēt peldēšanu skolēnu vidū ar netradicionālām metodēm.  
Noskaidrot labākās klašu komandas savās klašu grupās.

### II Vieta, laiks un vadība

Sacensības notiek 2017. gada 10. Un 11. aprīlī Krimuldas vidusskolas peldbaseinā.  
Sacensības 5.-12. kl.gr. 10.aprīlī. 5.-7.kl.gr. 3.st., 8.-12.kl.gr. 4.stundas laikā.  
Sacensības 1.- 4.kl. gr. 11.aprīlī. 3.-4.kl.gr. 2.st., 1.-2.kl.gr. 3. stundas laikā.  
Sacensības organizē Krimuldas vidusskolas Sporta MK. Sacensību galvenais tiesnesis **Aira Kurtiņa**.

### III Sacensību dalībnieki un programma

Sacensības piedalās Krimuldas vidusskolas klašu komandas.

Sacensības notiek četrās vecuma grupās:

- 1. - 2. kl. gr. 10 dalībnieki ( ja grib, var arī vairāk)
- 3. – 4. kl. gr. 10 dalībnieki ( ja grib, var arī vairāk)
- 5. – 7. kl. gr. 8 dalībnieki
- 8. – 12. kl. gr. 4 dalībnieki

1.-2.kl. sacensību programma: bumbiņu vākšana (3 dalībnieki); peldējums ar garo „makaronu” (3 dalībnieki); „Trīs vīri laivā”(peldējums uz piepūšamā matrača pa 3 kopā); bumbas pārvietošana ar dažādiem priekšmetiem (2 dalībnieki)

3.-4.kl. sacensību programma: priekšmetu meklēšana (3 dalībnieki); bumbas vadīšana ar galvu (2 dalībnieki); „Jūras zirdziņš”( 3 kopā pārvietojas uz garā „makarona”); uzmaukt riņķīšus uz galvas (2 dalībnieki)

5.-7.kl. sacensību programma: metieni basketbola grozā(3 dalībnieki); peldējums uz muguras ar kājām pa priekšu (2 dalībnieki); priekšmetu meklēšana ( 3 dalībnieki); viens uz muguras ar garo „makaronu” velk otru, kas peld uz krūtīm (2 dalībnieki)

8.-12.kl. sacensību programma: „ūdenspolo”. Katra klase izspēlē ar katru. Komandā 4 dalībnieki. Ar bumbu var pārvietoties peldus, piespēlējot un izdarot piezemējumu norādītā vietā, par ko iegūst vienu punktu. Spēle bez vārtsargiem.

### IV Sarīkošanas kārtība un vērtēšana

Sacensības notiek atbilstoši nolikumam. Komandas vietu kopvērtējumā nosaka, summējot izcīnītās vietas. Uzvar komanda, kurai vietu summa mazāka. Vienādu vietu summas gadījumā augstāku vietu izcīna komanda, kura uzvarējusi stafetes peldējumā.

Klašu komandu izcīnītās vietas tiek iekļautas ”Labākā klase sportā” kopvērtējumā.

### V Apbalvošana

Komandas, kuras izcīnījušas 1.-3. vietas tiek apbalvotas ar diplomiem.