

KAIMO VIETOVIIŲ MOKYKLŲ ESTAFEČIŲ „DRAŠŪS, STIPRŪS, VIKRŪS“ VARŽYBOS

I. VYKDYMO LAIKAS IR VIETA

1. Zoninės varžybos vykdomos 2023 m. vasario 24/25 d., atvykstama iki 11.00 val.
2. Tarpzoninės varžybos vykdomos 2023 m. kovo 10/11 d., atvykstama iki 11.00 val.
3. Finalinės varžybos vyks – 2023 m. kovo 24/25 d.
4. Varžybų vykdymo vietos bus patikslintos.

II. DALYVIAI

5. Varžybose dalyvauja kaimo vietovių bendrojo ugdymo mokyklų komandos:
 - 5.1. gim. 2012 m. ir jaunesni mokiniai (gali dalyvauti penktokas, jeigu jis atitinka metus).
6. Komandos sudėtis – 5 mergaitės, 5 berniukai, 2 atsarginiai (1 mergaitė ir 1 berniukas) ir 2 mokytojai.

III. PROGRAMA

7. Komandos, zoninėse varžybose užėmusios pirmąsias vietas, patenka į tarpzonines varžybas, kurios vyks 4 grupėse.
8. Tarpzoninių varžybų laimėtojai patenka į finalines varžybas.
9. Varžybų programą sudaro 8 estafetes.
10. Pasibaigus zoninių, tarpzoninių varžybų rezultatus išsiųsti elektroniniu paštu inesa.vilkauskiene@lmnsc.lt iki kitos darbo dienos 12 val. Lentelėse nurodyti tikslūs mokyklų pavadinimus, užimtas vietas ir pasiektus rezultatus.

IV. REIKALAVIMAI

11. Estafetės bendrieji reikalavimai:
 - 11.1. visos estafetės vykdomos tinklinio aikštelėje 9 x 18 m. Prireikus teisėjų ir mokytojų sprendimu šie matmenys gali būti mažinami;
 - 11.2. visose estafetėse dalyviai rikiuojasi už galinių linijų vorose po vieną arba kaip nurodyta atskirų estafečių aprašyme – mergaitės kairėje pusėje, berniukai dešinėje, žiūrint nuo vyriausiųjų teisėjų sekretoriato stalo;
 - 11.3. visas estafetes pirmieji pradeda berniukai. Atlikę užduotį berniukai privalo apibėgti mergaičių vorelę, perduoti estafetę priekyje stovinčiai mergaitei ir atsistoti mergaičių vorelės gale. Tie patys reikalavimai ir mergaitėms;
 - 11.4. visose estafetėse laimi komanda, kurios paskutinis dalyvis pirmasis perbėga galinę tinklinio aikštelės liniją (turi būti visiškai pasikeičiama vietomis tarp mergaičių ir berniukų). Kiekvienos komandos laiką matuoja prie kiekvienos voros esantys teisėjai. Kontrolinį visų komandų laiką taip pat nuima papildomas teisėjas, kuris kilus neaiškumui nusprendžia kuri komanda buvo pirmesnė;
 - 11.5. visose estafetėse dalyviams draudžiama peržengti starto liniją, kol bus paimta estafetės lazdelė ar kamuolys. Pažeidęs šį reikalavimą dalyvis grąžinamas į starto poziciją;
 - 11.6. krepšinio technikos elementai turi būti atliekami pagal krepšinio taisykles. Leidžiama naudotis Nr. 7, 6 arba Nr. 5 (mini) dydžio krepšinio kamuoliais. Pasirinkto dydžio kamuoliais privalo naudotis visi komandos dalyviai;
 - 11.7. estafečių lazdelių, išskyrus porolonines, matmenys turi atitikti lengvosios atletikos taisyklėse nurodytus reikalavimus;

11.8. gimnastikos lankai plastmasiniai (skersmuo nuo 86–90 cm), o maišeliai iš normalios medžiagos (neimpregnuoti, ne dermantininiai), viršus nesukietintas;

11.9. grindų riedulio lazda ir kamuoliukas turi atitikti grindų riedulio taisyklėse nurodytus reikalavimus (lazda plastikinė arba anglies pluošto, kamuoliukas plastikinis, lengvas, skylėtas);

11.10. visu reikiamu inventoriumi aprūpina varžybas vykdanči organizacija, išskyrus grindų riedulio „slalomo“ estafetėje naudojamą inventorių (lazdą ir kamuoliuką). Jeigu organizatoriai neturi grindų riedulio lazdos ir kamuoliuko, tuomet šį inventorių atsiveža atvykstanti komanda. Estafetėse galima naudotis ir savą atsivežtą inventorių tuo atveju, jei jis atitinka nuostatuose nurodytus reikalavimus;

11.11. estafečių atlikimo metu sugadintą inventorių galima pakeisti, bet netrukdam estafečių atlikimo eigos;

11.12. be sportinės avalynės draudžiama dalyvauti varžybose.

V. POGRUPIAI

12. Komandų zonų pogrupiai:

I

- 1. Šilalės r.**
Tel. 8 (620) 16056
2. Šilutės r.
3. Klaipėdos r.
4. Pagėgių sav.

II

- 1. Jurbarko r.**
Tel. 8 (692) 28692
8 (447) 72536
2. Vilkaviškio r.
3. Kauno r.
4. Kazlų Rūdos sav.
5. Marijampolės sav.

III

- 1. Rietavo sav.**
Tel. 8 (615) 99216
2. Tauragės r.
3. Raseinių r.
4. Kelmės r.

IV

- 1. Joniškio r.**
Tel. 8 (683) 03019
8 (602) 22143
2. Mažeikių r.
3. Skuodo r.
4. Akmenės r.
5. Radviliškio r.

V

- 1. Rokiškio r.**
Tel. (8 616) 80150
2. Ignalina r.
3. Biržų r.
4. Molėtų r.

VI

- 1. Varėnos r.**
Tel. 8 (616) 86095
2. Trakų r.
3. Alytaus r.
4. Vilniaus r.
5. Lazdijų r.

VII

- 1. Ukmergės r.**
Tel. 8 (340) 63987
8 (614) 29749
2. Kaišiadorių r.
3. Prienų r.
4. Širvintų r.
5. Elektrėnų sav.

VIII

- 1. Šiaulių r.**
Tel. (8 670) 15706
2. Jonavos r.
3. Kėdainių r.
4. Panevėžio r.
5. Plungės r.

13. Pirmaisiais nurodomi zonų centrai, priimančios atvykstančias komandas.
14. Komandų vadovai dėl varžybų vykdymo vietos kreipiasi į varžybų organizatorius nurodytais telefonais.

VI. LAIMĖTOJŲ NUSTATYMAS

15. Kiekvienos estafetės komanda laimėtoja pagal pasiektą geriausią laiką.
16. Komanda, estafetėje laimėjusi I vietą, bendrai komandinei įskaitai pelno 1 tašką, II – 2 taškus ir t. t.
17. Jeigu dvi ar daugiau komandų pasiekia vienodą laiką, jos dalijasi atitinkamas vietas, o įskaitai pelno vienodą taškų sumos vidurkį. Pavyzdžiui, trys komandos pasiekia vienodą laiką ir užima I–III vietas, jos įskaitai pelno šių vietų taškų sumos vidurkį $(1+2+3) : 3=2$ tšk.
18. Jeigu komanda kurioje nors estafetėje nedalyvauja, jai skiriami paskutinės vietos taškai + 2 baudos taškai.
19. Bendra komandinė vieta nustatoma susumavus visus estafetėse surinktus taškus. Laimi komanda, surinkusi mažiausiai taškų.
 - 19.1. Jeigu dvi ar daugiau komandų surenka vienodą taškų sumą, pirmenybė skiriama komandai, kuri pasiekė geresnį laiką greičio estafetėje.
 - 19.2. Jei ir šis rodiklis vienodas, pirmenybė teikiama komandai, turinčiai daugiau pirmųjų vietų, paskui – antrųjų ir t. t.

VII. PARAIŠKOS

20. Komandų vadovai (mokytojai) teisėjų kolegijai pateikia vardinę paraišką pagal bendruosiuose nuostatuose nurodytus reikalavimus ir mokinių pažymėjimus.

VIII. ESTAFETIŲ TAISYKLIŲ TRAKTAVIMAS

21. Estafetės.

21.1. Estafetė – pralisk pro lanką.

21.1.1. Inventorius: 5 gimnastikos lankai: du gimnastikos lankai padėti 2 metrų atstumu nuo galinių tinklinio aikštelės linijų, tris lankus laiko du atsarginiai žaidėjai (arba teisėjai), laikančiųjų rankos ištiestos, lankai atremti į grindis statmenai vidurio linijai. Viena estafetės lazdelė.

21.1.2. Užduotis: po signalo pirmasis berniukas bėga iki pirmojo lanko, atsitupia (pasilenkia) pralenda per jį ir padeda už savęs (lankas lieka gulėti už jo). Pribėgęs lankus pralenda pro juos „gyvatėle“, pribėgęs antrą padėtą (gulintį) lanką atsitupia (pasilenkia) pralenda per jį ir padeda už savęs (lankas lieka gulėti už jo). Apibėgęs mergaičių vorelę, perduoda estafetės lazdelę priekyje stovinčiai mergaitei. Mergaitė atlieka tą pačią užduotį kaip ir berniukas.

21.2. Estafetė – grindų riedulio „slalomas“.

21.2.1. **Inventorius:** penki stoveliai (kėgliai, kimštiniai kamuoliai), išdėstyti aikštės viduryje 2 metrų atstumu vienas nuo kito, vienas grindų riedulio kamuoliukas, viena grindų riedulio lazda ir du gimnastikos lankai, padėti 1,5 metro atstumu nuo galinių tinklinio aikštės linijų.

21.2.2. **Užduotis:** po signalo pirmasis berniukas bėga iki pirmojo lanko, kuriame yra grindų riedulio kamuoliukas ir lazdos pagalba varo kamuoliuką „gyvatėle“ tarp stovelių (kojomis taip pat apibėga stovelius) iki antrojo lanko. Palikęs kamuoliuką antrojo lanko viduje apibėgęs mergaičių vorelę, paduoda lazda priekyje stovinčiai mergaitei. Mergaitė atlieka tą pačią užduotį kaip ir berniukas. Pаметus kamuoliuką, grįžtama kartoti nuo tos vietos, kur buvo pamestas kamuoliukas.

21.2.3. Neskaitoma klaida, jei pamestą kamuoliuką gražina rankomis.

21.2.4. Pamestu kamuoliukas laikomas tuomet, kai jis yra toliau nei 1 metras už varymo „koridoriaus“ arba trukdo varžovui.

21.2.5. Kamuoliuką į lanką privaloma įridinti tik lazdos pagalba.

21.3. Estafetė – teniso kamuoliukų pernešimas.

21.3.1. **Inventorius:** du gimnastikos lankai, padėti 6 metrų atstumu vienas nuo kito aikštės viduryje, du lauko teniso kamuoliukai, viena estafetės lazdelė.

21.3.2. **Užduotis:** po signalo pirmasis berniukas bėga iki pirmojo lanko, paima vieną (iš dviejų) kamuoliuką, perneša jį į antrąjį lanką ir padeda jame, paskui grįžta atgal, paima antrą kamuoliuką, pernešęs jį padeda į antrąjį lanką ir apibėgęs mergaičių vorelę perduoda estafetės lazdelę priekyje stovinčiai mergaitei. Mergaitė atlieka tą pačią kaip ir berniukas užduotį.

21.3.3. Kamuoliukui išriedėjus iš lanko, jį bet kuriuo metu į lanko vidų gražina tik tas dalyvis, kuris jį nešė.

21.4. Estafetė – paridenk, pagauk ir varykis.

21.4.1. **Inventorius:** vienas krepšinio kamuolys, trys gimnastikos lankai, vienas iš jų padėtas aikštės viduryje, o likusieji – 3 m. atstumu nuo pirmojo.

21.4.2. **Užduotis:** dalyviai (mergaitės ir berniukai) išsirikiuoja vorelėse po vieną, kojos plačiai pražergtos. Paskutinis berniukas turi krepšinio kamuolį ir po signalo paridena jį tarp kojų. Priekyje stovintis berniukas, pagavęs kamuolį, varo jį (bet kuria ranka) ratu aplink kiekvieną lanką iki galinės tinklinio aikštės linijos, palietęs bet kuria koja galinę liniją paima jį ir nuo mergaičių vorelės galo paridena priekyje stovinčiai mergaitei. Mergaitė atlieka tą pačią, kaip ir berniukas užduotį.

21.4.3. Pаметus kamuolį, grįžtama kartoti nuo tos vietos, kur buvo pamestas kamuolys.

21.5. Estafetė – „bulvių sodinimas“.

21.5.1. **Inventorius:** medžiaginis maišelis (25 x 25 cm), penki gimnastikos lankai, išdėstyti aikštės viduryje 2 m. atstumu vienas nuo kito, penki lauko teniso kamuoliukai.

21.5.2. **Užduotis:** po signalo pirmasis berniukas bėga su maišeliu, kuriame yra 5 teniso kamuoliukai, ir į kiekvieno lanko vidų padeda po vieną teniso kamuoliuką, apibėga mergaičių vorelę ir priekyje stovinčiai mergaitei perduoda tuščią maišelį. Mergaitė, bėgdama surenka visus teniso kamuoliukus ir, apibėgusi berniukų vorelę, perduoda maišelį priekyje stovinčiam berniukui.

21.5.3. Kamuoliukui išriedėjus iš lanko, jį gražina į lanko vidų tik tas berniukas, kuris jį padėjo. Iš maišelio leidžiama išimti tik po vieną kamuoliuką, o sudėti – kaip nori.

21.6. Estafetė – šuoliukai su lankais.

21.6.1 **Inventorius:** vienas gimnastikos lankas.

21.6.2. **Užduotis:** po signalo pirmasis berniukas, bėgdamas pirmyn, suka lanką ir peršoka per jį (pralenda) ne mažiau kaip 5 kartus, apibėgęs mergaičių vorelę, perduoda lanką priekyje stovinčiai mergaitei. Mergaitė atlieka tą pačią užduotį kaip ir berniukas.

21.6.3. Lanko sukimas ir persokimas per jį (pralindimas) atliekamas aikštės ribose.

21.7. Estafetė – šuoliukai su šokdyne.

21.7.1 Inventorius: vienas gimnastikos lankas, padėtas aikštelės viduryje, viena šokdynė (guminė arba medžiaginė), padėta lanko viduryje, viena estafetės lazdelė.

21.7.2. Užduotis: po signalo pirmasis berniukas bėga iki šokdynės, padeda į lanko vidų estafetės lazdelę, paima šokdynę ir sukdamas ją abiem rankomis, persoka penkis kartus bet koku būdu. Atlikęs šuoliukus, padeda šokdynę (rankenas) į lanko vidų, paima estafetės lazdelę ir apibėgęs mergaičių vorelę, perduoda ją priekyje stovinčiai mergaitei. Mergaitė atlieka tą pačią užduotį kaip ir berniukas.

21.7.3. Užkliuvus šokdynei už kojų ir neatlikus šuoliuko, šuoliukas nekartojamas.

21.7.4. Nėra klaidos, jeigu ne visa šokdynė yra lanke, tačiau šokdynės abi rankenos privalo būti lanko viduje.

21.7.5 Estafetės lazdelei iškritus iš lanko, ją padeda atgal iki šuoliukų atlikimo pradžios tik tas dalyvis, kuris atlieka šuoliukus.

21.7.6. Šuoliukų metu iškritus lazdelei iš lanko, dalyvis sustoja šokinėti, grąžina lazdelę į lanką ir pabaigia šuoliukus. Kliudžius lazdele ir iškritus jai, lazdelė padedama atgal.

21.7.7. Pirmas šuoliukas per šokdynę perlipant per ją neįskaitomas.

21.8. Estafetė – greičio estafetė.

21.8.1. Inventorius: viena estafetės lazdelė.

21.8.2. Užduotis: po signalo berniukas, bėgdamas per tinklinio aikštelę, neša estafetės lazdelę ir, apibėgęs mergaičių vorelę, perduoda ją priekyje stovinčiai mergaitei. Mergaitė atlieka tą pačią kaip ir berniukas užduotį.

LMNŠC metodininkė Inesa Vilkauskienė

Tel. (8 5) 21 54329, mob. 8 611 57474, el. p. inesa.vilkauskienė@lmnsc.lt