

*M. Deepas*  
*Izpilētājs nepasāk*  
*sporošo uzdevumu*

30.01.2015



LATVIJAS REPUBLIKA

**VALSTS ROBEŽSARDZES KOLEDŽA**

Zavoloko ielā 8, Rēzeknē, LV-4601. tālrunis 64603699, fakss: 64603681, e-pasts: vrk@rs.gov.lv

2) *D. Vaidners* uzdevums  
1) *M. Rēdmanis* uzdevums  
*[Signature]*  
30.01.15.

Rēzeknē

30. 01. 2015.

Nr. 238-3/132

Uz \_\_\_\_\_ 201 \_\_\_\_\_.

Nr. \_\_\_\_\_

Valsts policijas koledžas,  
Ugunsdrošības un civilās aizsardzības  
koledžas direktoriem un Rēzeknes  
Augstskolas rektoram

Par nolikumu sacensībām  
„Sadraudzības kauss 2015”

Šī gada 11.februārī Valsts robežsardzes koledžas Sporta mācību centrā tiks organizētas sacensības „Sadraudzības kauss 2015”, kurās sacentīsies Valsts robežsardzes koledžas, Rēzeknes Augstskolas, Valsts policijas koledžas un Ugunsdrošības un civilās aizsardzības koledžas komandas.

Valsts robežsardzes koledža ir sagatavojusi un nosūta Jums sacensību nolikumu „Sadraudzības kauss 2015”.

Pielikumā: Sacensību „Sadraudzības kauss 2015” nolikums uz 3 (trīs) lapām (tikai adresātam).

Valsts robežsardzes koledžas direktors  
pulkvedis

A.Liepiņš

A.Litauniķis 26162633, atis.litauniķis@rs.gov.lv

*[Faint text]*

VALSTS POLICIJAS KOLEDŽA

Reģistrācijas Nr. SI

2015.g. 30. 01.

APSTIPRINU

Valsts robežsardzes koledžas direktors  
pulkvedis A.Liepiņš

2015.gada 28. februārī

## Sacensību „Sadraudzības kauss 2015”

### NOLIKUMS

#### 1. Sacensību mērķis un uzdevumi:

- 1.1. visu sacensību dalībnieku interešu realizēšana fiziskās sagatavotības attīstības jomā;
- 1.2. attīstīt un popularizēt sporta spēles, veicināt sadarbību starp Valsts robežsardzes koledžu, Valsts policijas koledžu, Ugunsdrošības un civilās aizsardzības koledžu un Rēzeknes Augstskolu;
- 1.3. pilnveidot personāla fizisko, garīgo un profesionālo sagatavotību;
- 1.4. attīstīt komandas garu un vienotības sajūtu;
- 1.5. sacensību labāko dalībnieku un komandu noskaidrošana;
- 1.6. veicināt atļautīgumu, izveicību, spēku, ātrumu un humora izjūtu sacensību dalībnieku vidū.

#### 2. Laiks un vieta:

- 2.1. sacensības notiks š.g. 11.februārī Valsts robežsardzes koledžas Sporta mācību centrā, Rēzeknē, Zavoloko ielā 8;
- 2.2. sacensību sākums plkst.10:30.

#### 3. Dalībnieki:

- 3.1. Valsts robežsardzes koledžas personāls un kadeti;
- 3.2. Valsts policijas koledžas personāls un kadeti;
- 3.3. Ugunsdrošības un civilās aizsardzības koledžas personāls un kadeti;
- 3.4. Rēzeknes Augstskolas personāls un studenti.

#### 4. Sacensību programma un noteikumi:

- 4.1. sacensību programmā ietilpst 7 sporta veidi:
  - 4.1.1. minifutbols (7 dalībnieki);
  - 4.1.2. volejbols (7 dalībnieki);
  - 4.1.3. florbols (6 dalībnieki);
  - 4.1.4. iedzīšanas stafete (6 dalībnieki);
  - 4.1.5. šautriņu mešana (4 dalībnieki);
  - 4.1.6. basketbola soda metieni (1 dalībnieks no komandas vadības);
  - 4.1.7. basketbola soda metieni un trīspunktu metieni (6 dalībnieki).

##### 4.2. minifutbols:

- Komandas sastāvs – 7 dalībnieki.  
Laukumā 5 dalībnieki (4 spēlētāji un 1 vārtsargs);

Spēles ilgums – 2 puslaiki pa 10 min.

Komandas ar izlozes palīdzību tiek sadalītas pa pāriem, uzvarētāji spēlē par 1.vietu, zaudētāji par 3.vietu.

#### 4.3. volejbols:

Komandas sastāvs – 7 dalībnieki.

Spēlē līdz 21 punktam līdz 2 setu uzvarām. 3.sets – līdz 15 punktiem.

Komandas ar izlozes palīdzību tiek sadalītas pa pāriem, uzvarētāji spēlē par 1.vietu, zaudētāji par 3.vietu.

#### 4.4. florbols:

Komandas sastāvs – 6 dalībnieki (3 vīrieši un 3 sievietes).

Katrs dalībnieks veic 7 soda metienus (divi no tiem mēģinājuma) pa florbola vārtiem ar finierī izgrieztiem caurumiem ar florbola nūju. Vārti sadalīti vairākos sektoros ar noteiktu punktu summu par katru sektoru. Uzvar komanda ar lielāko punktu rezultātu. Neizšķirta rezultāta gadījumā katrs komandas dalībnieks veic pa 1 soda metienam līdz viena no komandām uzvar.

#### 4.5. iedzīšanas stafete:

Komandas sastāvs – 6 dalībnieki (3 vīrieši un 3 sievietes).

Ar stafetes elementiem un noteikumiem dalībnieki tiks iepazīstināti pirms sacensībām. Vienlaicīgi startē divas komandas, uzvar komanda ar labāko laiku.

#### 4.6. šautriņu mešana:

Komandas sastāvs – 4 dalībnieki (2 vīrieši un 2 sievietes).

Katrs dalībnieks izdara 13 metienus ar šautriņām, no kuriem 3 mēģinājuma un 10 ieskaites metieni.

Visu dalībnieku rezultāti tiek summēti un atbilstoši rezultātam arī tiek noskaidrota precīzākā komanda šautriņu mešanā.

Ja rezultāts neizšķirts, augstāko vietu ieņem komanda, kurai labāks individuālais rezultāts, tālāk skatās, kurai komandai ir labāka trāpījumu kvalitāte (100; 75; 50 utt.)

#### 4.7. basketbola soda metieni un trīspunktu metieni:

Komandas sastāvs - 6 dalībnieki (4 vīrieši un 2 sievietes).

Sacensības sastāv no divām daļām, pirmā daļa dažādu bumbu mešana grozā ārpus 3 sekunžu zonas. Laukumā atrodas 6 bumbas (basketbola, volejbola, handbola, futbola, regbija un gumijas pa vienai no katra veida).

Jebkurš no komandas dalībniekiem veic metienus grozā – laika kontrole 120 sekundes, neieejot 3 sekunžu zonā metiena veikšanai. 3 sekunžu zonā var ieiet tikai bumbas paņemšanai, lai veiktu nākamo metienu.

Par katru iemesto bumbu komanda saņem vienu punktu, bet par trāpījumu ar regbija bumbu divus punktus.

Otrā daļa trīspunktu metieni, laukumā atrodas sešas basketbola bumbas, dalībnieki izpilda metienus aiz trīspunktu metienu līnijas - laika kontrole 120



sekundes. Par katru trāpījumu komanda saņem 3 punktus. Vērtējumā tiek skaitīts abu daļu kopējais rezultāts. Uzvar komanda ar lielāko punktu summu.

#### 4.8. basketbola soda metieni:

Komandas sastāvs – 1 dalībnieks (sacensībās piedalās komandas vadības pārstāvis).

Dalībnieks izdara 13 metienus no basketbola soda metienu līnijas, no kurām 3 mēģinājuma un 10 ieskautes metieni.

Atbilstoši rezultātam arī tiek noskaidrots precīzākais basketbola soda metienos.

Ja rezultāts neizšķirts, dalībnieki veic atkārtotus 5 metienus līdz tiek noskaidrots uzvarētājs.

#### 5. Sacensību pieteikumu iesniegšanas kārtība:

5.1. Sacensību „Sadraudzības kauss 2015” pieteikumus komandu pārstāvji iesniedz VRK Militārās un fiziskās sagatavošanas priekšmetu katedras vecākajam speciālistam V.Klosam (e-pasts: [vladimirs.kloss@rs.gov.lv](mailto:vladimirs.kloss@rs.gov.lv)) līdz š.g. 9.februārim;

5.2. uz sacensību norises dienu komandu sastāvs var tikt mainīts, bet par to attiecīgi jābrīdina sacensību organizatori.

#### 6. Rezultātu apkopošana un uzvarētāju apbalvošana:

6.1. uzvarētājkomanda tiek noteikta pēc mazākās punktu summas, ko komanda ir ieguvusi 7 sporta veidos;

6.2. par 1.vietu katrā sporta veidā piešķir 1 punktu, par 2.vietu - 2 punktus utt.;

6.3. ja punktu skaits vienāds, uzvar komanda, kas ieguva pirmo vietu iedzīšanas stafetē;

6.4. uzvarētājkomandas (1.-3.vietas ieguvējas) tiek apbalvota ar kausu un komandas diplomu, 4.vietas ieguvēja saņem mierinājuma balvu;

6.5. par iegūto 1.vietu atsevišķos sporta veidos, uzvarētāja komandas tiek apbalvotas ar medaļām, 2.-3.vietu ieguvēji ar diplomiem.

VRK Militārās un fiziskās sagatavošanas priekšmetu katedras asistents  
kapteinis

A.Litaunieks