



## NOLIKUMS

### ROPAŽU PAGASTA ĢIMENES PASĀKUMAM

#### “ĢIMENŪ SPORTA DIENA- MANS STIPRAIS PLECS!”

- 1. Mērķis un uzdevumi:** Veicināt un sekmēt visu paaudžu iedzīvotāju, ģimeņu interesi par aktīvu atpūtu, fiziskās un garīgās veselības saglabāšanu, kopīgu aktīvu laika pavadīšanu. Sekmēt Ropažu pagasta iedzīvotāju sportiskos sasniegumus, veselīgu dzīvesveidu, fiziskās sagatavotības pilnveidošanu un sadarbības veicināšanu
- 2. Laiks un vieta:** 2024. gada 13.septembrī plkst. 16:30, līdz 19.00 Ropažos, pie Ropažu vidusskolas un Ropažu Stadionā, Ropažos, Sporta 2-k 1.
- 3. Pasākuma vadība:** pasākumu organizē Ropažu novada pašvaldība, Ropažu Sporta centrs sadarbībā ar Ropažu vidusskolas sporta skolotājiem, atbildīgais organizators Ropažu Sporta centra sporta darba organizators **Ingrīda Priedniece**, kontaktinformācija pa tel. **26553241**
- 4. Dalībnieki, atbildība un drošība:** Ropažu pagasta iedzīvotāji, ikviens interesents, atbilstoši nolikumam. Dalībnieki uzņemas pilnu atbildību par savu un savu bērnu veselības stāvokli aktivitātes laikā, ievēro personīgo un savu bērnu drošību.
- 5. Pasākumu norises kārtība un programma:**
  - Plkst.16:30 dalībnieku reģistrācija;
  - Plkst.16:45 pasākuma atklāšana ;
  - Plkst.16: 55 kopīga iesildīšanās mūzikas pavadībā;
  - Plkst.17:10 -lielās spēles-“Jenga”, “Cirks”,”Domino”,”Kornhole”;
  - Plkst.17:30 -loka šaušana, šautriņu mešana;
    - basketbola soda metieni ( 10 soda metieni ar laika kontroli);
    - lēcieni ar maisu ( 20 m ar laika kontroli);
    - spēka uzdevums (pārvadāšana vienam otru ķerru);
    - atjautības uzdevumi ( atbild uz 10 atjautības jautājumiem);
    - ģimenes skrējiens (sasietām rokām un kājām ar vingrošanas aplī);
    - jautrās slēpes (pārvietošanās, sadarbojoties savā starpā ,no A-B);
    - nepaklausīgā bumbiņa(bumbiņas pārvietošana pa renes posmiem);
    - jaunsargu stacija ( mezglu siešana, telts uzstādīšana u.c.).
- 6. Apbalvošana:** ar veicināšanas balvām tiek apbalvots ikviens dalībnieks.
- 7. Izdevumi:** Sacensību organizēšanas izdevumus sedz Ropažu novada pašvaldība, no Ropažu Sporta centra budžeta. Dalībnieki sedz personīgos izdevumus, kuri saistīti ar dalību pasākumā.
- 8. Pieteikšanās:** Dalībnieks veic pieteikšanos pasākumam, reģistrējoties pieteikumu lapā .Veicot pierakstu pieteikuma lapā dalībnieks piekrīt un uzņemas pilnu atbildību par savu un savu nepilngadīgo bērnu veselības stāvokli aktivitātes laikā, informācijas publicēšanai pašvaldības informatīvajās vietnēs, [www.ropazi.lv](http://www.ropazi.lv), *Facebook* lapā.