

Apstiprinu:  
Ķekavas novada pašvaldības  
sporta aģentūras  
direktore D.Cīrule  
2020.gada 15. jūnijā

# **Fiziskās aktivitātes „Baložu Velodrošība 2020 -vasara” Nolikums**

## **1. Mērķis un uzdevumi.**

Pilnveidot zināšanas ceļu satiksmes noteikumos, velosipēda uzbūvē un iemaņas velosipēda praktiskajā vadīšanā.

## **2. Vieta un laiks.**

Fiziskās aktivitātes notiks 5 posmos ceturtdienās 2.,9.,16.,23.,30. jūlijā no plkst. 17.00- 19.00 pie Baložu vidusskolas, Skolas ielā 6, Baložos.

## **3. Sacensību vadība.**

Fiziskās aktivitātes organizē un vada Ķekavas novada pašvaldības sporta aģentūras Baložu pilsētas sporta iniciatīvu centrs. Galvenais tiesnesis Lauma Žilko (tālr. 26352704).

## **4. Dalībnieki.**

Fiziskajās aktivitātēs piedalās Ķekavas novada iedzīvotāji un viesi vecumā no 10 gadiem. Fiziskās aktivitātes ir individuālas. Aktivitāšu laikā dalībnieks nedrīkst saņemt palīdzību no malas. Dalībnieki paši ir atbildīgi par savu veselības stāvokli fizisko aktivitāšu laikā. Aktivitāšu organizatori neatbild par dalībnieku iespējamām traumām aktivitāšu laikā.

## **5. Pieteikšanās un starta kārtība.**

Dalībnieku pieteikšanās fizisko aktivitāšu centrā pie Baložu vidusskolas no plkst. 16.45 aktivitāšu dienā. Starta kārtību nosaka galvenais tiesnesis.

## **6. Aktivitāšu programma veidi un vērtēšana.**

### **6.1 Teorētiskie uzdevumi (ceļu satiksmes noteikumi, satiksmes drošība un velosipēda uzbūve).**

Teorētiskie uzdevumi sastādīti atbilstoši Latvijā (kā Eiropas Savienības dalībvalstī) apstiprinātiem ceļu satiksmes noteikumiem.

Iespējamie teorētiskie uzdevumi - ceļa posma vai krustojuma maketā izvietoto ceļa zīmju papildināšana, noteiktam mērķim paredzētu velosipēda daļu izvēlēšanās starp pārējām, visīsākā (atbilstoši ceļa zīmēm) ceļa posma iezīmēšana pilsētas daļas plānā un tamlīdzīgi.

Dalībnieks rakstiski testa veidā atbild uz 10 jautājumiem par ceļu satiksmes noteikumiem, satiksmes drošību un velosipēda uzbūvi. Dalībnieks par katru pareizu atbildi saņem 10 punktus.

## **6.2 Velosipēda praktiskā vadīšana.**

Dalībnieks velosipēda praktisko vadīšanu veic ar organizatoru velosipēdu vai savu velosipēdu ārā apstākļos. Organizatoru velosipēda riteņa aploces diametrs – 24 vai 26 collas.

Dalībnieks ar velosipēdu veic velosipēdu praktiskās vadīšanas distances ar 5-10 elementiem katrā pēc norādītās shēmas. Dalībnieks par katru veikto distanci saņem 100 punktus, par katru daļēji veikto distanci – 50 punktus. Velosipēda praktiskās vadīšanas distances elementi: šaurais dēlis, aplis, astotnieks, slaloms, joslu maiņa, slīpais dēlis, bremsēšana noteiktā laukumā, šaura josla, grumbuļaina braukšanas josla, šūpuļdēlis, koridors, šaurs koridors, smilts vai grants segums, nelīdzens ceļš, priekšmeta paņemšana un nolikšana, skats atpakaļ un tamlīdzīgi.

## **7. Rezultāti.**

Dalībnieka rezultāts posmā ir abos programmas veidos iegūtā punktu summa. Ja punktu summa ir vienāda, augstāku vietu iegūst dalībnieks, kurš uzrādījis labāku rezultātu sekojošā secībā – teorētiskie uzdevumi, velosipēda praktiskā vadīšana. Ja dalībnieks nepiedalās kādā no programmas veidiem, viņam netiek aprēķināts rezultāts.

## **8. Īpašie noteikumi.**

Dalībniekam velosipēda praktiskās vadīšanas laikā obligāti jālieto aizsprādzēta aizsargķivere. Dalībniekam jāievēro visi Latvijā noteiktie tā brīža epidemioloģiskie nosacījumi.

## **9. Apbalvošana.**

Katra posmā dalībniekus, kuri piedalījušies abos aktivitāšu programmas veidos, apbalvo ar veicināšanas balviņām pēc abu aktivitāšu programmas veidu veikšanas.

Dalībnieki, kuri startējuši vismaz 4 posmos, piedalās loterijā. Loterijas uzvarētāji un balvu saņemšanas kārtība tiks paziņota š.g. 31. jūlijā mājaslapā [www.velodrosiba.lv](http://www.velodrosiba.lv).

## **10. Finances.**

Dalībnieki startē bez dalības maksas.

Izdevumus, kas saistīti ar aktivitāšu organizēšanu, sedz Ķekavas novada pašvaldības sporta aģentūra un sponsori.

Izdevumus, kas saistīti ar dalībnieka nokļūšanu uz fiziskajām aktivitātēm, sedz pats dalībnieks.

## **11. Izmaiņas aktivitāšu nolikumā.**

Organizatoriem ir tiesības izdarīt izmaiņas un papildinājumus nolikumā. Izmaiņas tiek publicētas Internetā pēc adreses: [www.velodrosiba.lv](http://www.velodrosiba.lv). Informāciju var saņemt pa tālr. 26352704.

## **12. Apmeklētāju un dalībnieku ievērbai!**

*Lai informētu sabiedrību par pasākuma norisi, publiskā pasākuma laikā var notikt foto vai video fiksācija. Bilde var tikt ievietotas pašvaldības informatīvajos kanālos – ikmēneša informatīvajā biļetenā, mājaslapā vai sociālajos tīklos. Pārzinis un personas datu apstrādes nolūki: Ķekavas novada pašvaldība, juridiskā adrese: Gaismas iela 19, k. 9, Ķekava, Ķekavas pagasts, Ķekavas novads, LV-2123, veic personas datu apstrādi sabiedrības informēšanai. Personas ir tiesīgas jebkurā laikā lūgt pārzinim dzēst savus datus.*