

Izaicinājums klasēm un PII grupiņām

“3 km un 30 sekundes”

NOLIKUMS

1. MĒRĶIS	1.1. Popularizēt fiziski aktīvu un veselīgu dzīvesveidu Jēkabpils novada iedzīvotājiem, izmantojot novada teritorijas infrastruktūru. 1.2. Sniegt iespēju skolu klašu kolektīviem un pirmsskolas izglītības iestāžu grupiņām pilnvērtīgi iesaistīties Latvijas Veselības sporta nedēļā 2025.
2. ORGANIZATORI	2.1. Izaicinājumu organizē Jēkabpils Sporta centrs (reģ.Nr. 40900008726). 2.2. Atbildīgais par izaicinājumu - Dace Valtere (tel.: 29885857). 2.3. Informācija par izaicinājumu pieejama www.jekabpilssc.lv
3. LAIKS UN VIETA	3.1. No 2025.gada 13. oktobra līdz 19.oktobrim. 3.2. Jēkabpils novada teritorija.
4. DALĪBNIEKI	4.1. Jēkabpils novada klašu kolektīvi un PII grupiņas. 4.2. Iepriekšēja reģistrācija nav nepieciešama. 4.3. Dalībnieki, izpildot izaicinājuma aprakstā minētos uzdevumus, aizpilda elektronisko atskaites anketu https://forms.gle/byNPA5BuW1SwoX7o7 4.4. Ja, aizpildot anketu, rodas problēmas ar bilžu ielādi, lūgums sazināties ar organizatoriem (29885857) un bildes nosūtīt atsevišķi uz e-pastu dace.valtere@jekabpilssc.lv.
5. NOTEIKUMI	5.1. Klašu pamatzdevums - dodoties pārgājienā, kopīgi <u>nostaigāt vismaz 3km</u>, veikt <u>septiņus “30 sekunžu uzdevumus”</u>, veikt <u>trīs “foto-uzdevumus”</u> un uzspēlēt spēli <u>“klusie telefoni”</u>! 5.2. Maršruts un distance jāfiksē kādā no aplikācijām, pievienojot vienu foto atskaites anketā. 5.3. Uzdevumi, kas jāizpilda pārgājiena laikā (<u>katra uzdevuma izpildi fiksē fotouzņēmumā, kas jāpievieno atskaitē</u>): ✓ “30 sekunžu uzdevumi” (katru uzdevumu izpilda 30 sekundes): 1) Pietupieni; 2) Līdzsvara noturēšana uz labās kājas; 3) Līdzsvara noturēšana uz kreisās kājas; 4) Balsts uz rokām – pret zemi vai kādu paaugstinājumu, soliņu u.c.; 5) Vai varat noturot acis ciet, nekustēties un klusēt 30 sek.? (atbilde jāpiefiksē anketā) 6) Vai varat 30 sek. laikā nostāties rindā pēc auguma? (atbilde jāpiefiksē anketā) 7) Cik “vilnīšus” ar rokām klase/grupiņa var uztaisīt 30 sek. laikā? (atbilde jāpiefiksē anketā) ✓ “Foto-uzdevumi” (visiem uzdevumiem jāveic foto-fiksācija): 1) Atrodiet dažādu formu un krāsu rudens lapas un izveidojiet kompozīciju; 2) Uzņemiet kopbildi par tēmu “Sēņu laiks”; 3) Uzņemiet kopbildi par tēmu “Mūsu klase!”/ “Mūsu grupiņa!”. ✓ Jautrības uzdevums: Piemērotā vietā kopīgi uzspēlējiet spēli “Klusie telefoni”!

6. APBALVOŠANA	6.1. Visi klašu un PII grupiņu kolektīvi, kuri laika posmā no 2025.gada 13. līdz 19. oktobrim, būs izpildījuši izaicinājuma nosacījumus, aizpildījuši un iesnieguši atbilstošu anketu https://forms.gle/byNPA5BuW1SwoX7o7 piedalīsies izlozē. 6.2. 2025.gada 20.oktobrī starp visām klasēm tiks izlozētas vismaz 3 klases, kuras saņems pārsniegumu no Jēkabpils Sporta centra. 6.3. Ar uzvarētājiem Jēkabpils Sporta centra darbinieki sazināsies privāti, kā arī izaicinājuma rezultāti tiks publicēti Jēkabpils Sporta centra mājaslapā un sociālajos tīklos.
7. FINANSĒŠANA	7.1. Jēkabpils Sporta centrs sedz organizatoriskos izdevumus un balvu iegādi. 7.2. Ceļa izdevumus sedz paši dalībnieki vai komandējošā organizācija.

Jūsu personas datu apstrādes pārzinis ir Jēkabpils novada pašvaldība, reģistrācijas Nr.90000024205, adrese Brīvības iela 120, Jēkabpils, Jēkabpils novads, LV-5201, tālrunis 65236777.

Uzņemtas fotogrāfijas un materiāli var tikt izmantoti Jēkabpils Sporta centra un citos publiskajos materiālos.