

**„DRAŠŪS, STIPRŪS, VIKRŪS“ ESTAFEČIŲ VARŽYBOS
2015 M. IR JAUNESNI**

I. VARŽYBŲ VYKDYMO LAIKAS

1. Zoninės varžybos – 2026 m. vasario 3/4/5/6/7 d.
2. Tarpzoninės – 2026 m. vasario 24/25/26/27/28 d.
3. Finalinės varžybos – 2026 m. kovo 10/11/12/13/14 d.
4. Varžybų pradžia 11.00 val.

II. DALYVIAI

5. Varžybose dalyvauja bendrojo ugdymo mokyklų komandos.
6. Dalyvių amžius – gim. 2015 m. ir jaunesni;
7. Komandos sudėtis – 8 mergaitės, 8 berniukai, 4 atsarginiai (2 mergaitės ir 2 berniukai) ir 2 mokytojai.

III. VARŽYBŲ VYKDYMO TVARKA

8. Zoninės varžybos:
 - 8.1. zoninėms varžyboms pogrupiai sudaryti teritoriniu principu;
 - 8.2. varžybų programą sudaro 8 estafetės;
 - 8.3. varžybos vyksta švietimo ir sporto skyrių sporto bazėse;
 - 8.4. pogrupiuose įrašyti pirmieji yra atsakingi už varžybų vykdymą;
 - 8.5. zoninių varžybų pogrupių komanda nugalėjo patenka į tarpzonines varžybas;
 - 8.6. Zoninių varžybų pogrupiai:

I	II	III	IV
Rietavo sav.	Šilalės r.	Mažeikių r.	Šiaulių r.
Klaipėda	Pagėgių sav.	Plungės r.	Akmenės r.
Klaipėdos r.	Šilutės r.	Skuodo r.	Joniškio r.
Kretingos r.	Tauragės r.	Telšių r.	Šiauliai
Palanga			
V	VI	VII	VIII
Radviliškio r.	Kaunas	Panevėžys	Utenos r.
Kelmės r.	Jonavos r.	Biržų r.	Ignalinos r.
Panevėžio r.	Kauno r.	Kėdainių r.	Rokiškio r.
Raseinių r.	Kazlų Rūdos sav.	Kupiškio r.	Visaginas
		Pasvalio r.	Zarasų r.
IX	X	XI	XII
Alytus	Širvintų r.	Druskininkai	Vilnius
Marijampolė	Molėtų r.	Alytaus r.	Elektrėnų sav.
Prienų r.	Ukmergės r.	Lazdijų r.	Švenčionių r.
Vilkaviškio r.	Vilniaus r.	Varėnos r.	Trakų r.

- 8.7. Komandų vadovai dėl varžybų vykdymo vietos kreipiasi į varžybų organizatorius nurodytais telefonais.

Rietavo sav., tel. +370 615 49781
Šilalės SM, tel. +370 620 16056
Mažeikių r., tel. +370 628 68169
Šiaulių r., tel. +370 648 84365
Radviliškio r., tel. +370 618 89039
Kaunas, tel. +370 611 07575

Panevėžys, tel. +370 612 93770
Utenos DSC, tel. +370 632 42323
Alytus, tel. +370 682 43150
Širvintų r., tel. +370 652 61068
Druskininkų sav., tel. +370 647 80967
Vilnius, tel. +370 612 07507

9. Tarpzoninės varžybos:

9.1. tarpzoninės varžybos vyks keturiuose pogrupiuose, kiekviename rungtyniaus po tris komandas;

9.2. tarpzoninių varžybų pogrupiai ir vykdymo vietos bus paskelbtos po zoninių varžybų;

9.3. tarpzoninių varžybų pogrupių laimėtojai patenka į finalines varžybas.

10. Finalinės varžybos:

10.1. finalinių varžybų tvarkaraštis ir vykdymo vieta bus pranešta po tarpzoninių varžybų.

11. Pasibaigus zoninėms ir tarpzoninėms varžyboms, švietimo ir sporto skyriai, vykdę varžybas, kitą darbo dieną turi išsiųsti rezultatus, į Lietuvos neformaliojo švietimo agentūrą elektroniniu paštu tomas.stankevicius@linesa.lt. Rezultatų lentelėse būtina nurodyti išsamius ir tikslus mokyklų pavadinimus užimtas vietas ir pasiektus rezultatus.

IV. REIKALAVIMAI

12. Estafetės bendrieji reikalavimai:

12.1. visos estafetės vykdomos tinklinio aikštelėje 9 x 18 m. Prireikus teisėjų ir mokytojų sprendimu šie matmenys gali būti mažinami;

12.2. 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 stalelio;

12.3. 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;

12.4. visose estafetėse laimi komanda, kurios paskutinis dalyvis pirmasis perbėga galinę tinklinio aikštelės liniją ir pasiekia geriausią laiką (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;

12.5. visose estafetėse dalyviams draudžiama peržengti starto liniją, kol bus paimta estafetės lazdelė ar kamuolys. Pažeidęs šį reikalavimą dalyvis grąžinamas į starto poziciją;

12.6. krepšinio technikos elementai turi būti atliekami pagal krepšinio taisykles. Leidžiama naudotis Nr. 6 arba Nr. 5 dydžio krepšinio kamuoliais. Pasirinkto dydžio kamuoliais privalo naudotis visi komandos dalyviai;

12.7. estafečių lazdelių, išskyrus porolonines, matmenys turi atitikti lengvosios atletikos taisyklėse nurodytus reikalavimus;

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

12.9. grindų riedulio lazda ir kamuoliukas turi atitikti grindų riedulio taisyklėse nurodytus reikalavimus (lazda plastikinė arba anglies pluošto ne trumpesnė nei 76 cm., kamuoliukas plastikinis, lengvas, skylėtas);

12.10. visą reikiamą inventorių atsiveža dalyvaujanti komanda. Estafetėse atsivežtas inventorius turi atitikti nuostatuose nurodytus reikalavimus. Jei neatitinka – naudojamas vykdančios organizacijos inventorius;

12.11. estafečių atlikimo metu sugadintą inventorių galima pakeisti, bet netrukdam estafečių atlikimo eigos ir estafetė dėl to nėra stabdoma;

12.12. be sportinės avalynės draudžiama dalyvauti varžybose.

V. LAIMĖTOJŲ NUSTATYMAS

13. Kiekvienos estafetės komanda laimėtoja nustatoma pagal pasiektą geriausią laiką.

14. Komanda, estafetėje laimėjusi I vietą, bendrai komandinei įskaitai pelno 1 tašką, II – 2 taškus ir t. t.

15. Jeigu dvi ar daugiau komandų pasiekia vienodą laiką, jos dalijasi atitinkamas vietas, o įskaitai pelno vienodą taškų sumos vidurkį. Pavyzdžiui, jei trys komandos pasiekia vienodą laiką ir užima I–III vietas, įskaitai pelno šių vietų taškų sumos vidurkį $(1+2+3) : 3 = 2$ taškai.

16. Jeigu komanda kurioje nors estafetėje nedalyvauja, jai skiriami paskutinės vietos taškai + 2 baudos taškai.

17. Bendra komandinė vieta nustatoma susumavus visus estafetėse surinktus taškus. Laimi komanda, surinkusi mažiausiai taškų.

17.1 Jeigu dvi ar daugiau komandų surenka vienodą taškų sumą pirmenybė teikiama komandai, turinčiai daugiau pirmųjų vietų, paskui – antrųjų ir t. t.;

17.2. Esant šiam rodikliui vienodam, pirmenybė skiriama komandai, kuri pasiekė geresnį laiką greičio estafetėje.

VI. PARAIŠKOS

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

VII. ESTAFETIŲ TAISYKLIŲ TRAKTAVIMAS

19.1. Estafetės.

19.1. Estafetė – pralisk pro lanką.

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

19.1.2. Užduotis: po signalo pirmasis berniukas bėga iki pirmojo lanko, atsitupia (pasilenkia), prieš lanką, versdamas lanką virš galvos pralenda pro jį ir padeda už savęs (lankas lieka gulėti už jo). Pribėgęs lankus pralenda pro juos „gyvatėlė“, pribėgęs antrą padėtą (gulintį) lanką atsitupia (pasilenkia), prieš lanką, versdamas lanką virš galvos pralenda pro 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.

19.1.3. Nuriedėjusius lankus į vietą padeda atsarginiai žaidėjai ar komandų vadovai, netrukdydami kitoms komandoms atlikti užduotį.

19.2. Estafetė – grindų riedulio „slalomas“.

19.2.1. 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 aikštelės linijų.

19.2.2. Užduotis: po signalo pirmasis berniukas bėga iki pirmojo lanko, kuriame yra grindų riedulio kamuoliukas, ir lazdos pagalba varo kamuoliuką „gyvatėlė“ tarp stovelių (tuo pačiu 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. Pametus kamuoliuką, grįžtama kartoti nuo tos vietos, kur buvo pamestas kamuoliukas.

19.2.3. Neskaitoma klaida, jei pamestas kamuoliukas grąžinamas rankomis.

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

19.2.5. Kamuoliuką į lanką privaloma įridinti tik lazdos pagalba.

19.3. Estafetė – teniso kamuoliukų pernešimas.

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

19.3.2. 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.

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

19.4. Estafetė – paridenk, pagauk ir varykis.

19.4.1. Inventorius: vienas krepšinio kamuolys, trys gimnastikos lankai, vienas iš jų padėtas aikštelės viduryje, o likusieji – 3 metrų atstumu nuo pirmojo.

19.4.2. 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 aikštelės 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.

19.4.3. Pametus kamuolį, grįžtama kartoti nuo tos vietos, kur buvo pamestas kamuolys.

19.5. Estafetė – „bulvių sodinimas“.

19.5.1. Inventorius: medžiaginis maišelis (25 x 25 cm), penki gimnastikos lankai, išdėstyti aikštelės viduryje 2 metrų atstumu vienas nuo kito, penki lauko teniso kamuoliukai.

19.5.2. 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.

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

19.6. Estafetė – šuoliukai su lankais.

19.6.1. Inventorius: vienas gimnastikos lankas.

19.6.2. 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.

19.6.3. Lanko sukimas ir peršokimas per jį (pralindimas) atliekamas aikštės ribose.

19.7. Estafetė – šuoliukai su šokdyne.

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

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

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

19.7.4. Nėra klaidos, jeigu ne visa šokdyne yra lanke, tačiau šokdynės abi rankenos privalo būti lanko viduje, negali būti pakibusios ant lanko krašto.

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

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

19.7.7. Pirmas šuoliukas per šokdynę perlipant per ją neįskaitomas.

19.8. Estafetė – greičio estafetė.

19.8.1. Inventorius: viena estafetės lazdelė.

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