



# RĪGAS 96.VIDUSSKOLA

Auru iela 6A, Rīga, LV-1069, tālrunis 67411942, fakss 67411942, e-pasts r96vs@riga.lv

## NOLIKUMS

Rīgā

2018. gada 03. septembrī

Nr. VS96-18-04-nos

### **Rīgas 96.vidusskolas olimpiskās dienas nolikums**

1. Šis nolikums nosaka kārtību, kādā norisinās Olimpiskā diena – 2018. (turpmāk - Olimpiskā diena ) Rīgas 96.vidusskolā .
2. Olimpiskā diena tiek rīkota par godu Starptautiskās Olimpiskās komitejas dibināšanai.
3. Olimpiskā diena tiek rīkota ar mērķi atbalstīt un popularizēt Latvijas Olimpisko kustību.
4. Olimpiskās dienas uzdevumi:
  - 4.1. veicināt Rīgas 96.vidusskolas klašu komandu iesaistīšanos jaunatnes sporta aktivitātēs;
  - 4.2. iesaistīt vecāko klašu izglītojamos Olimpiskās dienas organizēšanā un tiesāšanā.
5. Olimpiskās dienas mērķi:
  - 5.1. iepazīstināt izglītojamos ar Latvijas Olimpisko kustību, iesaistoties rīkotajā pasākumā;
  - 5.2. motivēt un iedrošināt izglītojamos nodarboties ar sportu;
  - 5.3. veicināt aktīvu, sportisku, veselīgu, priecīgu, klases kolektīvu saliedējošu skolas pasākumu veidošanu.
6. Olimpiskā diena norisinās 2018. gada 21. septembrī no plkst. 09:00, saskaņā ar norises programmām Rīgas 96.vidusskolas stadionā.
7. Par Olimpiskās dienas organizāciju atbild sporta skolotāji/organizatori Eduards Štrubo, Jana Selivanova, Gaļina Buša, kā arī 10. - 12.klašu izglītojamie.
8. Olimpiskās dienas dalībnieki - Rīgas 96.vidusskolas 1. - 12.kl. izglītojamie un klašu audzinātāji. Pasākuma dalībniekiem jāģērbjas sporta tērpā un apavos atbilstoši laika apstākļiem, bet līdzīgi jāņem atbilstošie mācību līdzekļi šai dienai ( tiks izmantoti gadījumā, ja būs nepiemēroti laika apstākļi Olimpiskās dienas norisei ).

9. Olimpiskā diena tiek organizēta saskaņā ar sacensību programmu (1.pielikums) un atbilstoši vingrinājumu aprakstam (2.pielikums) un staciju izvietojuma plānam (3.pielikums).

10. Tiek uzskatīts, ka darbinieki ir iepazīstināti ar nolikumu, ja tas ir nosūtīts elektroniski uz darbinieku oficiālo e-pasta adresi 3 (trīs) darba dienu laikā no pieņemšanas dienas.

Izglītības iestādes direktore

I. Ļihačova

*Selivanova* 29615319

## OLIMPISKĀS DIENAS PROGRAMMA

### **Plakātu izstāde “ Sports manas klases dzīvē “ (4.-12.klasēm).**

Izveidot plakātu līdz 2018.gada 19.septembrim.

Izveidot sarakstu ar klases izglītojamiem apmeklējumam ārpus skolas sporta nodarbībām (nodot pasākuma organizatoriem).

#### **1. - 4. klases izglītojamie.**

08:30 1. - 4. klases izglītojamie pulcējas savās klasēs;

09:10 1. - 4. klases izglītojamie ar klases audzinātājiem iet uz izglītības iestādes sporta un aktīvas atpūtas laukumu;

09:20 Pasākuma svinīga atklāšana (komandu nostāšanās) izglītības iestādes sporta un aktīvas atpūtas laukumā. Direktores uzruna.

09:25 Rīta rosme.

09:30 1. - 4. klases izglītojamie paliek izglītības iestādes sporta un aktīvas atpūtas laukumā, kur pasākumu turpina Gaļina Buša, Eduards Štrubo, Jana Selivanova un 12.klašu izglītojamie.

10:30 Pasākuma noslēgums (Rīgas 96. vidusskolā, klasēs pie klases audzinātājiem).

#### **5. - 7. klases izglītojamie.**

10:30 5. - 7. klases izglītojamie pulcējas savās klasēs;

10:40 5. - 7. klases izglītojamie ar klases audzinātājiem iet uz izglītības iestādes sporta un aktīvas atpūtas laukumu.

10:45 Pasākuma svinīga atklāšana (komandu nostāšanās) izglītības iestādes sporta un aktīvas atpūtas laukumā.

10:50 Rīta rosme.

10:55 5.- 7. klases izglītojamie paliek skolas izglītības iestādes sporta un aktīvas atpūtas laukumā, kur pasākumu turpina Jana Selivanova, Gaļina Buša, Eduards Štrubo un 10.klašu izglītojamie.

11:55 Pasākuma noslēgums (Rīgas 96. vidusskolā, klasēs pie klases audzinātājiem).

#### **8. – 9. klases izglītojamie.**

11:50 8. – 9. klases izglītojamie pulcējas savās klasēs;

12:00 8. – 9. klases izglītojamie ar klases audzinātājiem iet uz iestādes sporta un aktīvas atpūtas laukumu;

12:05 Pasākuma svinīga atklāšana (komandu nostāšanās) izglītības iestādes izglītības iestādes sporta un aktīvas atpūtas laukumā.

12:10 Rīta rosme.

12:15 8. – 9. klases izglītojamie paliek izglītības iestādes sporta un aktīvas atpūtas laukumā, kur pasākumu turpina Eduards Štrubo, Gaļina Buša, Jana Selivanova un 11.klašu izglītojamie.

13:20 Pasākuma noslēgums (Rīgas 96. vidusskolā, klasēs pie klases audzinātājiem).

OLIMPISKĀS DIENAS VINGRINĀJUMU APRAKSTS  
SKOLAS STADIONĀ. (1.KL.-4.KL.)

Katrs uzdevums ilgst 5 min., tad jāiet uz nākamo uzdevumu, kamēr tiks izpildīti visi 12 uzdevumi.  
Audzinātāji iet ar savu klasi.

**Atbildīgie** Gaļina Buša, Eduards Štrubo, Jana Selivanova.

**Palīdz** 12. klašu izglītojamie

**Norises vieta** Rīgas 96. vidusskolas sporta un aktīvas atpūtas laukums (Auru iela 6A, Rīgā, LV-1069)

N.p.k.		Klase	Nosaukums
1.	uzd.	1A	Šķēršļu josla
2.	uzd.	1B	Parvietošanas pa vingrošanas sienu
3.	uzd.	1C	1.-2.kl. - 30 m skrējiens 3.-4.kl. - 60 m skrējiens
4.	uzd.	2A	Tāllēkšana no vietas.
5.	uzd.	2B	Bumbas mešana basketbola grozā
6.	uzd.	2C	Soļošana un skriešana pa velotreku
7.	uzd.	3A	Virves vilkšana
8.	uzd.	3B	1.-2.kl. – “zaķi un mednieki” 3.-4.kl. – tautas bumba
9.	uzd.	3C	Bumbiņas mešana mērķī
10.	uzd.	4A	Kustību rotaļa “makšķere”
11.	uzd.	4B	Florbola stafetes
12.	uzd.	4C	Stafetes ar tenisa raketēm

OLIMPISKĀS DIENAS VINGRINĀJUMU APRAKSTS  
SKOLAS STADIONĀ. (5.KL.-7.KL.)

Katrs uzdevums ilgst 6 min., tad jāiet uz nākamo uzdevumu, kamēr tiks izpildīti visi 12 uzdevumi.  
Audzinātāji iet ar savu klasi.

**Atbildīgie** Jana Selivanova, Gaļina Buša, Eduards Štrubo.

**Palīdz** 10. klašu izglītojamie

**Norises vieta** Rīgas 96. vidusskolas sporta un aktīvas atpūtas laukums (Auru iela 6A, Rīgā, LV-1069)

N.p.k.		Klase	Nosaukums
1.	uzd.	5A	Futbols
2.	uzd.	5B	Tautas bumba
3.	uzd.	5C	Šķēršļu josla
4.	uzd.	5D	30 m skrējiens 60 m skrējiens
5.	uzd.	6A	Tāllēkšana ar ieskrējenu
6.	uzd.	6C	Bumbas mešana basketbola grozā
7.	uzd.	6D	Soļošana un skriešana pa velotreku
8.	uzd.	7A	Virves vilkšana
9.	uzd.	7B	Florbols/ Volejbols

**OLIMPISKĀS DIENAS VINGRINĀJUMU APRAKSTS**  
**SKOLAS STADIONĀ. (8.KL.-9.KL.)**

Katrs uzdevums ilgst 7 min., tad jāiet uz nākamo uzdevumu, kamēr tiks izpildīti visi 12 uzdevumi.  
 Audzinātāji iet ar savu klasi.

**Atbildīgie** Jana Selivanova, Gaļina Buša, Eduards Štrubo.

**Palīdz** 11.klašu izglītojamie

**Norises vieta** Rīgas 96. vidusskolas sporta un aktīvas atpūtas laukums (Auru iela 6A, Rīgā, LV-1069)

N.p.k.		Klase	Nosaukums
1.	uzd.	8A	Futbols
2.	uzd.	8B	Tautas bumba
3.	uzd.	8D	Šķēršļu josla
4.	uzd.	9A	30 m skrējiens 60 m skrējiens
5.	uzd.	9B	Bumbas mešana basketbola grozā
6.	uzd.	9C	Soļošana un skriešana pa velotreku
7.	uzd.	9E	Florbols/Volejbols

OLIMPISKĀS DIENAS VINGRINĀJUMU IZVIETOJUMS  
Rīgas 96. vidusskolas stadions Auru iela 6A, Rīgā, LV-1069 (1.KL.-4.KL.)





OLIMPISKĀS DIENAS VINGRINĀJUMU IZVIETOJUMS  
Rīgas 96. vidusskolas stadions Auru iela 6A, Rīgā, LV-1069 (5.KL.-7.KL.)





OLIMPISKĀS DIENAS VINGRINĀJUMU IZVIETOJUMS  
Rīgas 96. vidusskolas stadions Auru iela 6A, Rīgā, LV-1069 (8.KL.-9.KL.)

