



Handbola skola

Reģ. Nr. 40008300618
PVN reģ. Nr. LV40008300618
Lizuma iela 1, Rīga, LV – 1006, Latvija
e-pasts: info@handbolaskola.lv
www.handbolaskola.lv

APSTIPRINU

Handbola skolas valdes locekle

Elīna Mārtiņa

2023. gada 30. oktobrī

NOTEIKUMI PAR AUDZĒKŅU UZŅEMŠANU, PĀRCELŠANU NĀKAMAJĀ MĀCĪBU GRUPĀ, ATSKAITĪŠANU UN SPORTISKO REZULTĀTU VĒRTĒŠANAS KRITĒRIJIEM UN KĀRTĪBU

Rīgā

Izdoti saskaņā ar Handbola skolas
nolikuma 4.3. punktu un 2023. gada 2.maija
Ministru kabineta noteikumiem Nr. 220
„Noteikumi par uzņemšanas kārtību
profesionālās izglītības programmās un
atskaitīšanu no tām”
Grozījumi veikti 01.08.2024.

1. Vispārīgie jautājumi

- 1.1. Noteikumi nosaka izglītojamo (turpmāk - audzēkņu) sportisko rezultātu un zināšanu vērtēšanas kritēriju kārtību audzēkņu uzņemšanai, pārceļšanai nākamajā mācību treniņu grupā, sporta pilnveidošanas un augstākās sporta meistarības posmos, audzēkņu atskaitīšanas kārtību Handbola skolā (turpmāk – sporta skola).
- 1.2. Sporta skola uzņem bērnus un jauniešus, kuri izteikuši vēlēšanos trenēties, neatkarīgi no dzīvesvietas.
- 1.3. Sporta skolas audzēkņu apmācība notiek no 6 līdz 19 gadu vecumam.
- 1.4. Audzēkņu uzņemšana sporta skolā notiek akreditētās un licencētās mācību-treniņu programmā – Handbols 20V813001.
- 1.5. Handbola skolā ir līdzfinansējuma maksa, kas ir noteikta ar Handbola skolas atsevišķu lēmumu katra mācību gada sākumā.
- 1.6. Sporta skolas mācību-treniņu nodarbību līdzfinansējuma maksas kārtība tiek noteikta, pamatojoties uz 1.08.2024. Handbola skolas valdes sēdē apstiprinātajiem saistošajiem noteikumiem Nr.4/2024 Līdzfinansējuma samaksas kārtība Handbola skolā.

2. Audzēkņu uzņemšanas kārtība

- 2.1. Sporta skolā audzēkņus uzņem, pamatojoties uz Izglītības likuma, Profesionālās izglītības likuma, Ministru kabineta 2023. gada 2.maija noteikumiem Nr. 220 „Noteikumi par uzņemšanas kārtību profesionālās izglītības programmās un atskaitīšanu no tām” un Handbola skolas nolikumu

un tā saistošajiem noteikumiem „Noteikumi par audzēkņu uzņemšanu, pārceļšanu nākamajā mācību grupā, atskaitīšanu un sportisko rezultātu vērtēšanas kritērijiem un kārtību”.

- 2.2. Vecākam/aizbildnim par audzēkni, kurš stājas sporta skolā, jāiesniedz direktoram vai attiecīgās grupas trenerim šāda obligātā dokumentācija:
 - 2.1.1. uz skolas veidlapas aizpildāms vecāku/aizbildņu iesniegums (pielikums nr.1 vai lejupielāde elektroniska dokumenta izveidei: <https://handbolaskola.lv/par-mums/#dokumenti>);
 - 2.1.2. ārsta izziņa (atbilstoši MK noteikumiem Nr. 594 „Sportistu un bērnu ar paaugstinātu fizisko slodzi veselības aprūpes un medicīnas uzraudzības kārtība”);
 - 2.1.3. līgums par līdzmaksājumu (līgums tiek nosūtīts uz vecāka iesniegumā norādīto e-pasta adresi vai lejupielāde elektroniska dokumenta izveidei: <https://handbolaskola.lv/par-mums/#dokumenti>).
- 2.3. Profesionālās ievirzes sporta izglītības programmās tiek pārbaudīta audzēkņa atbilstība izglītības programmas uzsākšanai, valsts noteiktajiem rezultativitātes kritērijiem, kuri minēti noteikumu 5. daļā (atbilstoši Ministru kabineta 21.12.2021. noteikumiem Nr. 885 „Kārtība, kādā valsts finansē profesionālās ievirzes sporta izglītības programmas”) un Latvijas Handbola federācijas izstrādātiem kontrolnormatīviem (pielikums nr.3, apskatāmi: <https://handball.lv/page/41>).
- 2.4. Skola slēdz ar vienu no izglītojamā vecākiem vai aizbildņiem Izglītošanas līgumu, kurā iekļauta vienošanās par izglītojamā līdzdalības maksu.
- 2.5. Jaunu grupu komplektēšana notiek no 1. līdz 30. septembrim, jaunu audzēkņu uzņemšana notiek visu mācību gadu.
- 2.6. Audzēknis un viņa vecāks/aizbildnis tiek iepazīstināti ar skolas iekšējās kārtības un drošības noteikumiem, un veic ierakstu žurnālā par iepazīšanos;
- 2.7. Pamatojoties uz audzēkņu iesniegtajiem dokumentiem un atbilstību rezultativitātes kritērijiem un kontrolnormatīviem, direktors izdod rīkojumu par audzēkņu uzņemšanu sporta skolā.

3. Audzēkņu pārceļšana nākamajā grupā

- 3.1. Audzēkņu pārceļšana nākamajā mācību-treniņu grupā notiek pēc noteikumu 5. daļas minētās pārceļšanas normu izpildes, sasniegumiem un individuālās izaugsmes rādītājiem:
 - 3.1.1. pārceļšanas vai uzņemšanas kontrolnormatīvu izpilde;
 - 3.1.2. dalība sacensībās;
 - 3.1.3. sasniegtie rezultāti sacensībās;
 - 3.1.4. iekļaušana Latvijas izlases sastāvā (kā dalībnieks vai kandidāts).
- 3.2. Jautājumu par audzēkņu pārceļšanu nākamajā grupā izskata sporta skolas pedagoģiskajā padomes sēdē, ņemot vērā pedagoģiskās padomes ieteikumus, direktors pieņem lēmumu un tiek izdots rīkojums.

4. Audzēkņu atskaitīšana no sporta skolas

- 4.1. Audzēkni, kas nav sasniedzis 18 gadu vecumu, var atskaitīt no mācību-treniņu grupas, pamatojoties uz audzēkņa/aizbildņa iesniegumu (pielikums nr.2), norādot iemeslu:
 - 4.1.1. dzīvesvietas maiņa;
 - 4.1.2. sporta veida vai sporta iestādes maiņa;
 - 4.1.3. veselības apstākļu dēļ;

- 4.1.4. nodarbību apmeklējuma skaita vai intereses zuduma dēļ;
 - 4.1.5. nespēj apvienot ar mācībām vai citām interesēm;
 - 4.1.6. ievērot pārējo izglītojamo tiesības uz netraucētu izglītības ieguvu;
 - 4.1.7. cits iemesls.
- 4.2. Audzēkņi no sporta skolas var atskaitīt par:
- 4.2.1. audzēkņa skolas iekšējās kārtības noteikumu atkārtotu neievērošanu un savu pienākumu nepildīšanu;
 - 4.2.2. audzēkņa neattaisnotiem nodarbību kavējumiem, ja nepamatoti kavēts vairāk nekā 50% no treniņu nodarbību apmeklējumiem mēneša laikā;
 - 4.2.3. trenera iesniegtu mācību gada noslēguma atskaiti, kurā uzrādīta audzēkņa neatbilstība noteikumu 5. daļai minētajiem rezultativitātes kritērijiem;
 - 4.2.4. līdzfinansējuma maksas kavējumiem, ja līdzfinansējuma maksa nav maksāta vairāk nekā 2 mēnešus;
 - 4.2.5. citiem dokumentiem.
- 4.3. Jautājumu par audzēkņu atskaitīšanu no sporta skolas izskata pedagogiskajā padomes sēdē, ņemot vērā ierosinājumus, direktors pieņem lēmumu un izdod rīkojumu.

5. Audzēkņu sportisko rezultātu vērtēšanas kritēriji

- 5.1. Profesionālās ievirzes sporta izglītības iestādēs mācību treniņu grupu audzēkņu vecums, skaits grupā un sportiskiem sasniegumiem (atbilstoši Ministru kabineta 21.12.2021. noteikumiem Nr. 885 „Kārtība, kādā valsts finansē profesionālās ievirzes sporta izglītības programmas”, 1. pielikuma “Profesionālās ievirzes sporta izglītības iestāžu mācību treniņu grupas rezultativitātes kritēriji sportā un nosacījumi attiecībā uz izglītojamo skaitu un vecumu” 2. punkta 2.18. apakšpunktu “handbols”) jāatbilst šādiem nosacījumiem un rezultativitātes kritērijiem:

Handbols:

Nr.p.k.	Grupās kvalifikācija	Nosacījumi		Rezultativitātes kritēriji mācību gada beigās
		Izglītojamo skaits	Izglītojamo vecums	
1.	SSG	12-19	6-8	Kontrolnormatīvu izpilde
2.	MT-1	12-19	7-9	Kontrolnormatīvu izpilde
3.	MT-2	12-19	8-10	Kontrolnormatīvu izpilde

4.	MT-3	12-19	9-11	Dalība divās oficiālajās sacensībās un vienās valsts sacensībās un kontrolnormatīvu izpilde
5.	MT-4	11-18	10-12	Dalība trijās oficiālajās sacensībās un vienās valsts sacensībās un kontrolnormatīvu izpilde
6.	MT-5	11-18	11-13	Dalība Latvijas jaunatnes čempionātā un kontrolnormatīvu izpilde
7.	MT-6	9-14	12-14	Dalība Latvijas jaunatnes čempionātā un kontrolnormatīvu izpilde
8.	MT-7	9-14	13-15	Dalība Latvijas jaunatnes čempionātā. Komanda Latvijas jaunatnes čempionātā ierindojusies 1.–8. vietā un kontrolnormatīvu izpilde. Grupā ir Latvijas valsts izlases (U-16) kandidāts vai dalībnieks
9.	SMP-1	7-14	14-16	Dalība Latvijas jaunatnes čempionātā. Komanda Latvijas jaunatnes čempionātā ierindojusies 1.–10. vietā un kontrolnormatīvu izpilde. Grupā ir Latvijas valsts izlases (U-16) kandidāts vai dalībnieks
10.	SMP-2	7-14	15-17	Dalība Latvijas jaunatnes čempionātā. Komanda Latvijas jaunatnes čempionātā ierindojusies 1.–8. vietā un kontrolnormatīvu izpilde. Grupā ir Latvijas valsts izlases (U-18, junioru, pieaugušo) kandidāts vai dalībnieks
11.	SMP-3	7-14	16-18	Dalība Latvijas jaunatnes čempionātā. Komanda ierindojusies 1.–4. vietā vai dalība LHaF pieaugušo čempionātā. Grupā ir Latvijas valsts izlases (pieaugušo) kandidāts vai dalībnieks
12.	ASM	7-14	17-19	Dalība Latvijas jaunatnes čempionātā. Komanda ierindojusies 1.–4. vietā vai dalība LHaF pieaugušo čempionātā. Grupā ir Latvijas valsts izlases (pieaugušo) kandidāts vai dalībnieks

Grupu kvalifikāciju skaidrojumi:

SSG – sākuma sagatavošanas grupa;

MT-1 – mācību treniņu pirmā apmācības gada grupa;

MT-2 – mācību treniņu otrā apmācības gada grupa;

MT-3 – mācību treniņu trešā apmācības gada grupa;

MT-4 – mācību treniņu ceturtnā apmācības gada grupa;
MT-5 – mācību treniņu piektnā apmācības gada grupa;
MT-6 – mācību treniņu sestā apmācības gada grupa;
MT-7 – mācību treniņu septītnā apmācības gada grupa;
SMP-1 – sporta meistarības pilnveidošanas pirmā apmācības gada grupa;
SMP-2 – sporta meistarības pilnveidošanas otrā apmācības gada grupa;
SMP-3 – sporta meistarības pilnveidošanas trešā apmācības gada grupa;
ASM – augstākās sporta meistarības grupa.



Handbola skola

1.pielikums

Reģ. Nr. 40008300618
PVN reģ. Nr. LV40008300618
Lizuma iela 1, Rīga, LV – 1006, Latvija
e-pasts: info@handbolaskola.lv
www.handbolaskola.lv

Handbola skolas
Valdes locekļiem Elīnai Mārtiņai

_____ (vecāka vai aizbildņa vārds, uzvārds)

_____ (faktiskā adrese, pasta indekss)

_____ (kontakttālrunis)

_____ (e-pasta adrese)

IESNIEGUMS

Lūdzu uzņemt manu bērnu _____ ,
(vārds, uzvārds)

_____ , _____
(dzimšanas dati) (personas kods)

Handbola skolas profesionālās ievirzes izglītības programmā **HANDBOLS 20V813001**.

Audzēknis mācās (apmeklē) _____ .
(mācību iestādes nosaukums un klase/grupa)

Apliecinu, ka:

- esmu iepazinies/-ies ar Handbola skolas iekšējās kārtības noteikumiem un līgumu;
- neiebilstu, ka mans bērns piedalās mācību-treņiņos un sacensībās sestdienās un svētdienās;
- apņemos iesniegt iesniegumu un informēt Handbola skolas vadību un trenerus par audzēkņa izstāšanos no sporta skolas;
- sniegtos personas datus atļauju izmantot Handbola skolas vajadzībām saskaņā ar Fizisko personu datu apstrādes likumu;
- bērna fotogrāfiju/video materiālu ievietošanai Handbola skolas mājas lapā un sociālajos tīklos - atzīmēt ar piekrītu vai nepiekrītu:

Piekrītu Nepiekrītu

2024.gada _____
_____ (vecāka vai aizbildņa paraksts, paraksta atšifrējums)*

Iesniegumam pievienoju:

1. Ģimenes ārsta izziņu ar norādi "atļauts nodarboties ar handbolu paaugstinātas slodzes apstākļos un piedalīties sacensībās";
2. Izglītošanas līgumu un vienošanos par izglītojamo līdzdalības maksu.

Handbola skolas direktorei

Elīnai Mārtiņai

_____ (vārds, uzvārds)

IESNIEGUMS

Lūdzu atskaitīt manu bērnu _____ (vārds, uzvārds)
no Handbola skolas.

Sakarā ar (atzīmēt ar X):

- | | |
|--------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> | Dzīvesvietas maiņu; |
| <input type="checkbox"/> | Sporta veida vai sporta iestādes maiņu; |
| <input type="checkbox"/> | Veselības apstākļu dēļ; |
| <input type="checkbox"/> | Nodarbību apmeklējuma skaita vai intereses zuduma dēļ; |
| <input type="checkbox"/> | Nespēj apvienot ar mācībām vai citām interesēm; |
| <input type="checkbox"/> | Cits iemesls: _____ |
- _____ .

Rīgā, 2024.gada _____

_____ (paraksts)

Latvijas Handbola federācijas
Rezultatīvātes kritēriju izpilde profesionālās ievirzes sporta izglītības
iestādēs

HANDBOLA NODAĻAS KONTROLNORMATĪVI

Kontrolnormatīvs	Metodiskie norādījumi	Grupa
30m skrējieni no vietas	<p>Testa veikšanai nepieciešams: hronometrs, distances atzīme un starta signāla devējs.</p> <p>Sagatavošanās testa izpildei: sportisti nostājas aiz līnijas, vienu kāju novieto tieši pirms līnijas (starta atzīmes) augstajā startā. Pēc signāla maksimāli ātri skrien līdz finiša līnijai, kas atrodas 30m attālumā un šķērso to. Hronometru aptur, kad sportists finiša līniju šķērso ar vienu kāju.</p> <p>Testu vienlaikus izpilda divi sportisti.</p> <p>Rezultātu – skrējiena laiku desmitdaļās – ieraksta testu protokolā.</p> <p>Testu veic divas reizes, labāko ieraksta testu protokolā.</p>	SSG MT-1 MT-2 MT-3 MT-4 MT-5 MT-6 MT-7 SMP-1 SMP-2 SMP-3 ASM
Atspoles skrējieni 6x5m	<p>Testa veikšanai nepieciešamas: distances atzīme, divi konusi, hronometrs.</p> <p>Sagatavošanās testa izpildei: Sākuma stāvoklis – augstais starts – pēc signāla uzsāk maksimāli ātru skrējieni no konusa – atpakaļ, ar roku pieskarās konusam. Rezultātu – skrējiena laiku desmitdaļās – ieraksta testu protokolā.</p> <p>Treneris uzrauga, lai sportists pieskarās konusam. Testu veic divas reizes, labāko ieraksta testu protokolā.</p>	SSG MT-1 MT-2 MT-3 MT-4 MT-5 MT-6 MT-7 SMP-1 SMP-2 SMP-3 ASM
Lēcieni ar lecamauklu	<p>Testa veikšanai nepieciešams: lecamaukla, hronometrs.</p> <p>Sagatavošanās testa izpildei: Sportists nomēra lecamaukļas garumu, pēc signāla uzsāk lēcienus abas kājas kopā. Treneris skaita reižu skaitu vienā minūtē. Treneris seko līdz izpildījumam. Testu veic divas reizes. Rezultātu – reižu skaits – ieraksta protokolā.</p>	MT-1 MT-2 MT-3 MT-4 MT-5 MT-6 MT-7 SMP-1 SMP-2 SMP-3 ASM
Tāllēkšana no vietas	<p>Testa veikšanai nepieciešams: atzīme no kuras veiks lēcieni, mērlente.</p> <p>Testa veikšanai nepieciešams: Sportists nostājas pie līnijas, atvēzējoties ar rokām, lēcieni tālumā uz priekšu. Treneris nomēra attālumu no līnijas līdz vietai, kur piezemējušies sportista papēži.</p> <p>Testu veic divas reizes.</p> <p>Rezultātu cm – ieraksta protokolā.</p>	SSG MT-1 MT-2 MT-3 MT-4 MT-5 MT-6 MT-7 SMP-1 SMP-2 SMP-3 ASM
Ķermeņa augšdaļas pacelšana	<p>Testa veikšanai nepieciešams: hronometrs un vingrošanas paklājs.</p> <p>Sagatavošanās testa izpildei: Sportists apsēžas uz vingrošanas paklāja, ceļgali saliekti 90grādu leņķī, pēdas piespiestas paklājam, rokas – sakrustotas uz krūtīm. Partneris tur sportista kājas. Testa izpildes laikā sportists nogūlas uz muguras, ar lāpstiņām skarot paklāju, un atgriežas sēdus pozīcijā, ar plaukstu virspusēm skarot ceļgalus. Treneris skaita 30 sekunžu laikā veiktos piecēlienus un nosacījums ir pareizs izpildījums. Testu veic divas reizes.</p> <p>Rezultātu (piecēlienu skaitu) – ieraksta testu protokolā.</p>	MT-1 MT-2 MT-3 MT-4 MT-5 MT-6 MT-7 SMP-1 SMP-2 SMP-3 ASM

Latvijas Handbola federācijas
Vispusīgās fiziskās sagatavotības kontrolnormatīvi

REZULTĀTI

Vecums (pilni gadi) Punkti	30 m skrējiens (s)				
	1	2	3	4	5
Z Ē N I					
7	≥6,5	6,49 – 6,35	6,34 – 6,20	6,19 – 6,01	≤6
8	≥6,4	6,39 – 6,25	6,24 – 6,10	6,09 – 5,91	≤5,9
9	≥6,3	6,29 – 6,15	6,14 – 6,00	5,99 – 5,81	≤5,8
10	≥6,2	6,19 – 6,05	6,04 – 5,90	5,89 – 5,71	≤5,7
11	≥6,1	6,09 – 5,95	5,94 – 5,80	5,79 – 5,61	≤5,6
12	≥6,0	5,99 – 5,85	5,84 – 5,70	5,69 – 5,51	≤5,5
13	≥6,0	5,99 – 5,85	5,84 – 5,70	5,69 – 5,51	≤5,5
14	≥5,9	5,89 – 5,75	5,74 – 5,60	5,59 – 5,41	≤5,4
15	≥5,8	5,79 – 5,65	5,64 – 5,50	5,49 – 5,31	≤5,3
16	≥5,7	5,69 – 5,55	5,54 – 5,40	5,39 – 5,21	≤5,2
17	≥5,5	5,49 – 5,35	5,34 – 5,20	5,19 – 5,01	≤5,0
18	≥5,4	5,39 – 5,25	5,24 – 5,10	5,09 – 4,91	≤4,9
19	≥5,3	5,29 – 5,15	5,14 – 5,00	4,99 – 4,81	≤4,8

Vecums (pilni gadi) Punkti	30 m skrējiens (s)				
	1	2	3	4	5
MEITENES					
7	≥6,8	6,79 – 6,65	6,64 – 6,50	6,49 – 6,31	≤6,3
8	≥6,7	6,69 – 6,55	6,54 – 6,40	6,39 – 6,21	≤6,2
9	≥6,6	6,59 – 6,45	6,44 – 6,30	6,29 – 6,11	≤6,1
10	≥6,5	6,49 – 6,35	6,34 – 6,20	6,19 – 6,01	≤6
11	≥6,4	6,39 – 6,25	6,24 – 6,10	6,09 – 5,91	≤5,9
12	≥6,3	6,29 – 6,15	6,14 – 6,00	5,99 – 5,81	≤5,8
13	≥6,2	6,19 – 6,05	6,04 – 5,90	5,89 – 5,71	≤5,7
14	≥6,2	6,19 – 6,05	6,04 – 5,90	5,89 – 5,71	≤5,7
15	≥6,1	6,09 – 5,95	5,94 – 5,80	5,79 – 5,61	≤5,6
16	≥6,0	5,99 – 5,85	5,84 – 5,70	5,69 – 5,51	≤5,5
17	≥5,8	5,79 – 5,65	5,64 – 5,50	5,49 – 5,31	≤5,3
18	≥5,7	5,69 – 5,55	5,54 – 5,40	5,39 – 5,21	≤5,2
19	≥5,6	5,59 – 5,45	5,44 – 5,30	5,29 – 5,11	≤5,1

Vecums (pilni gadi) Punkti	Atspoles skrējiens 6 x 5 m (s)				
	1	2	3	4	5
Z Ē N I					
7	atspoles skrējiens bez laika kontroles				
8	atspoles skrējiens bez laika kontroles				
9	≥12,1	12,09 – 11,80	11,79 – 11,50	11,49 – 11,21	≤11,20
10	≥11,9	11,89 – 11,60	11,59 – 11,30	11,29 – 11,01	≤11,00
11	≥11,7	11,69 – 11,50	11,49 – 11,20	11,19 – 10,51	≤10,50
12	≥11,5	11,49 – 11,30	11,29 – 10,80	10,79 – 10,31	≤10,3
13	≥11,1	11,09 – 10,70	10,69 – 10,30	10,29 – 10,01	≤10,00
14	≥10,8	10,79 – 10,40	10,39 – 10,10	10,09 – 9,81	≤9,80
15	≥10,7	10,69 – 10,20	10,19 – 9,80	9,79 – 9,41	≤9,4
16	≥10,3	10,29 – 9,90	9,89 – 9,50	9,49 – 9,21	≤9,2
17	≥9,9	9,89 – 9,60	9,59 – 9,30	9,29 – 9,01	≤9,00
18	≥9,7	9,69 – 9,40	9,39 – 9,10	9,09 – 8,81	≤8,8
19	≥9,3	9,29 – 9,10	9,09 – 8,80	8,79 – 8,51	≤8,5

Vecums (pilni gadi) Punkti	Atspoles skrējieni 6 x 5 m (s)				
	1	2	3	4	5
MEITENES					
9	≥12,90	12,89 - 12,60	12,59 - 12,40	12,39 - 12,11	≤12,1
10	≥12,70	12,69 - 12,30	12,29 - 12,10	12,09 - 11,91	≤11,9
11	≥12,60	12,59 - 12,25	12,24 - 12,00	11,99 - 11,81	≤11,8
12	≥12,40	12,39 - 12,15	12,14 - 11,80	11,79 - 11,61	≤11,6
13	≥12,20	12,19 - 11,90	11,89 - 11,70	11,69 - 11,51	≤11,5
14	≥12,00	11,99 - 11,70	11,69 - 11,50	11,49 - 11,31	≤11,3
15	≥11,80	11,79 - 11,50	11,49 - 11,25	11,24 - 11,01	≤11,0
16	≥11,50	11,49 - 11,20	11,19 - 11,00	10,99 - 10,81	≤10,8
17	≥11,30	11,29 - 11,00	10,99 - 10,70	10,69 - 10,51	≤10,5
18	≥11,00	10,99 - 10,70	10,69 - 10,40	10,39 - 10,21	≤10,2
19	≥10,90	10,89 - 10,50	10,49 - 10,20	10,19 - 10,01	≤10,00
9	≥12,90	12,89 - 12,60	12,59 - 12,40	12,39 - 12,11	≤12,1
10	≥12,70	12,69 - 12,30	12,29 - 12,10	12,09 - 11,91	≤11,9

Vecums (pilni gadi) Punkti	Lēciens ar lecamauklu (reizes/1min)				
	1	2	3	4	5
Z Ē N I					
7	Lēcienus apgūst un izpilda – bez kontrolnormatīva				
8	Lēcienus apgūst un izpilda – bez kontrolnormatīva				
9	≥6	7 – 12	13 – 18	19 – 24	≤25
10	≥8	9 – 14	15 – 20	21 – 26	≤27
11	≥ 11	12 – 18	19 – 25	26 – 34	≤ 35
12	≥ 14	15 – 22	23 – 30	31 – 39	≤ 40
13	≥ 17	18 – 25	26 – 33	34 – 44	≤ 45
14	≥ 20	21 – 28	29 – 36	37 – 48	≤ 50
15	≥ 25	26 – 34	35 – 43	44 – 54	≤ 55
16	≥ 30	31 – 38	39 – 46	47 – 59	≤ 60
17	≥ 35	36 – 44	45 – 53	54 – 64	≤ 65
18	≥ 40	41 – 48	49 – 56	57 – 69	≤ 70
19	≥ 45	46 – 54	55 – 63	64 – 74	≤ 75

Vecums (pilni gadi) Punkti	Lēciens ar lecamauklu (reizes/1min)				
	1	2	3	4	5
MEITENES					
7	Lēcienus apgūst un izpilda – bez kontrolnormatīva				
8	Lēcienus apgūst un izpilda – bez kontrolnormatīva				
9	≥6	7 – 12	13 – 18	19 – 24	≤25
10	≥8	9 – 14	15 – 20	21 – 26	≤27
11	≥ 11	12 – 18	19 – 25	26 – 34	≤ 35
12	≥ 14	15 – 22	23 – 30	31 – 39	≤ 40
13	≥ 17	18 – 25	26 – 33	34 – 44	≤ 45
14	≥ 20	21 – 28	29 – 36	37 – 48	≤ 50
15	≥ 25	26 – 34	35 – 43	44 – 54	≤ 55
16	≥ 30	31 – 38	39 – 46	47 – 59	≤ 60
17	≥ 35	36 – 44	45 – 53	54 – 64	≤ 65
18	≥ 40	41 – 48	49 – 56	57 – 69	≤ 70
19	≥ 45	46 – 54	55 – 63	64 – 74	≤ 75

Vecums (pilni gadi) Punkti	Tāllēkšana no vietas (cm)				
	1	2	3	4	5
Z Ē N I					
7	≤120	121-129	130-144	145-159	≥160
8	≤130	131-139	140-154	155-169	≥170
9	≤140	141-149	150-164	165-179	≥180
10	≤150	151-159	160-174	175-189	≥190
11	≤160	161-169	170-184	185-199	≥200
12	≤170	171-179	180-194	195-209	≥210
13	≤175	176-184	185-199	200-214	≥215
14	≤180	181-189	190-204	205-219	≥220
15	≤190	191-199	200-214	215-229	≥230
16	≤200	201-209	210-224	225-239	≥240
17	≤210	211-219	220-234	235-249	≥250
18	≤215	216-224	225-239	240-254	≥255
19	≤220	221-229	230-244	245-259	≥260

Vecums (pilni gadi) Punkti	Tāllēkšana no vietas (cm)				
	1	2	3	4	5
M E I T E N E S					
7	≤135	136-144	145-154	155-164	≥165
8	≤140	141-149	150-159	160-169	≥170
9	≤145	146-154	155-164	165-174	≥175
10	≤150	151-159	160-169	170-179	≥180
11	≤155	156-164	165-174	175-184	≥185
12	≤160	161-169	170-179	180-189	≥190
13	≤165	166-174	175-184	185-194	≥195
14	≤170	171-179	180-190	191-199	≥200
15	≤175	176-184	185-194	195-204	≥205
16	≤180	181-189	190-200	201-209	≥210
17	≤185	186-194	195-204	205-214	≥215
18	≤190	191-199	200-210	211-219	≥220
19	≤200	201-209	210-220	221-229	≥230

Vecums (pilni gadi) Punkti	Kermeņa augšdaļas pacelšana (reizes/30 sek.)				
	1	2	3	4	5
Z Ē N I					
7	Bez kontrolnormatīva				
8	Bez kontrolnormatīva				
9	≤16	17-18	18-19	20 - 22	≥23
10	≤16	17-18	18-19	20 - 22	≥23
11	≤17	18-19	20-21	22-24	≥25
12	≤17	18-20	21-22	23-24	≥25
13	≤19	20-21	22-23	24-26	≥27
14	≤19	20-22	23-24	25-27	≥28
15	≤20	21-23	24-25	26-28	≥29
16	≤21	22-24	25-26	27-28	≥29
17	≤21	22-24	25-26	27-29	≥30
18	≤22	23-25	26-27	28-29	≥30
19	≤23	24-25	26-27	28-29	≥30

Vecums (pilni gadi) Punkti	Kermeņa augšdaļas pacelšana (reizes/30 sek.)				
	1	2	3	4	5
MEITENES					
7	Bez kontrolnormatīva				
8	Bez kontrolnormatīva				
9	≤13	13 - 15	16 - 17	18 - 19	≥20
10	≤14	15-17	18-19	20-21	≥22
11	≤14	15-17	18-19	20-21	≥22
12	≤15	16-18	19-19	20-22	≥23
13	≤16	17-18	19-20	21-23	≥24
14	≤16	17-18	19-20	21-22	≥23
15	≤16	17-19	20-21	22-24	≥25
16	≤16	17-19	20-21	22-24	≥25
17	≤18	19-20	21-22	23-24	≥25
18	≤19	20-21	22-23	24-25	≥26
19	≤20	21-22	23-24	25-26	≥27

Rezultātu kopvērtējuma tabula

25 – 21 P	20 – 16 P	15 - 11 p	10 – 6 P	5 – 0 P
IZCILI	TEICAMI	LABI	VIDUVĒJI	VĀJI

Rezultatīvātes kritēriju izpilde ____./____. mācību gadā

REZULTĀTI

Grupa _____

Nr.	Vārds Uzvārds	Normatīva izpildes datums	30m skrējiens no vietas		Atspoles skrējiens 5x6m		Lēciens ar lecamauklu		Tāllēkšana no vietas		Ķermeņa augšdaļas pacelšana		Kopā
			Rezultāts	Punkti	Rezultāts	Punkti	Rezultāts	Punkti	Rezultāts	Punkti	Rezultāts	Punkti	Punkti
1.													
2.													
3.													
4.													
5.													
6.													
7.													
8.													
9.													
10.													
11.													
12.													
13.													
14.													
15.													
16.													
17.													
18.													
19.													
20.													