



DAUGAVPILS VALSTSPILSĒTAS PAŠVALDĪBAS IESTĀDE DAUGAVPILS FUTBOLA SKOLA

Reģ.Nr. 90010967169, Juridiskā adrese: Kandavas iela 17A, Daugavpils, LV-5401,
Faktiskā adrese: Stadiona iela 1, Daugavpils, LV-5401, telefons 26862429
Valsts kase, norēķinu konts: LV34TREL980200309200B
e-pasts: dfs@daugavpils.edu.lv, mājas lapa: www.daugavpils.lv

Daugavpilī

APSTIPRINĀTS

Ar Daugavpils Futbola skolas
09.06.2025. rīkojumu Nr.1.15/28
"Par noteikumu apstiprināšanu"

DAUGAVPILS VALSTSPILSĒTAS PAŠVALDĪBAS IESTĀDES "DAUGAVPILS FUTBOLA SKOLA"

AUDZĒKŅU UZŅEMŠANAS, PĀRCELŠANAS UN ATSKAITĪŠANAS NOTEIKUMI

*Noteikumi izdoti saskaņā ar
Profesionālās izglītības likuma 25.pantu,
2021.gada 21.decembra MK noteikumiem Nr.885
"Kārtība, kādā valsts finansē profesionālās ievirzes sporta izglītības
programmas" un 2023.gada 2.maija MK noteikumiem
Nr.220 "Noteikumi par uzņemšanas kārtību profesionālās
izglītības programmās un atskaitīšanu no tām", kā arī
atbilstoši īstenotajām licencētām
sporta izglītības programmām*

1. VISPĀRĪGIE NOTEIKUMI

- 1.1. Daugavpils valstspilsētas pašvaldības iestāde iestādes "Daugavpils Futbola skola" (turpmāk – Daugavpils Futbola skola) audzēkņu uzņemšanas, pārcelšanas un atskaitīšanas noteikumi (turpmāk – Noteikumi) izstrādāti, pamatojoties uz Ministru kabineta noteikumiem Nr.885 "Kārtība, kādā valsts finansē profesionālās ievirzes sporta izglītības programmas" un Daugavpils Futbola skolas nolikumu.
- 1.2. Audzēkņu uzņemšana, pārcelšana un atskaitīšana profesionālās ievirzes sporta izglītības iestādē "Daugavpils Futbola skola" notiek atbilstoši:
 - 1.2.1. spēkā esošajiem normatīvajiem aktiem, tajā skaitā Ministru kabineta noteikto kārtību (turpmāk – MK noteikumi), kādā valsts finansē profesionālās ievirzes sporta izglītības programmas (turpmāk – Sporta programma);

- 1.2.2. Daugavpils Futbola skolas nolikumam;
- 1.2.3. licencēto programmu nosacījumiem;
- 1.2.4. Daugavpils Futbola skolas direktora apstiprinātajai interešu sporta izglītības programmai (turpmāk – Interešu programma).

2. IZGLĪTOJAMO UZŅEMŠANA UN MĀCĪBU TREIŅU GRUPU KOMPLEKTĒŠANA

- 2.1. Izglītojamo uzņemšana Programmā notiek visu mācību gadu, kamēr ir nokomplektēta mācību treniņu grupa (turpmāk – Grupa), pamatojoties uz izglītojamā vecāku vai personas, kas realizē izglītojamā aizgādību (turpmāk – likumiskie pārstāvji), vai izglītojamā, kurš sasniedzis 18 gadu vecumu, iesniegumu (1. pielikums) (turpmāk – Iesniegums) par uzņemšanu.
- 2.2. SSG grupas var papildināt pēc uzņemšanas noteikumu izpildes (2.pielikums). SSG uzņemšanas kontronormatīvi ir atrunāti šo noteikumu 2. pielikumā.
MT-1 – MT-7 grupas var papildināt ar izglītojamiem pēc kontrolnormatīvu izpildes (3. pielikums).
- 2.3. Papildinot grupu, izmaiņas grupas sastāvā nedrīkst pārsniegt 50 % no iepriekšējā mācību gada grupas sastāva.
- 2.4. Lai izglītojamais tiktu uzņemts programmā, papildus Iesniegumam tiek iesniegta ārsta izziņa par izglītojamā veselības stāvokļa atbilstību sporta veidam.
- 2.5. Jaunu Grupu (SSG) komplektēšana notiek līdz katra gada 30. septembrim. Mācību gads Daugavpils Futbola skolā sākas katra kalendārā gada 1. septembrī un beidzas nākamā gada 31.augustā.
- 2.6. Audzēknis, iestājoties Daugavpils Futbola skolā, tiek iepazīstināts ar iekšējās kārtības noteikumiem, audzēkņu drošības noteikumiem, audzēkņa pienākumiem un tiesībām.
- 2.7. Daugavpils Futbola skola organizē darbu pēc licencētām sporta izglītības programmām un audzēkņu grupas tiek komplektētas pēc šo sporta programmu prasībām, pamatojoties uz Ministru kabineta noteikumiem Nr.885 “*Kārtība, kādā valsts finansē profesionālās ievirzes sporta izglītības programmas*”.

3. ATSKAITĪŠANAS KĀRTĪBA

- 3.1. Daugavpils Futbola skolas audzēknis tiek atskaitīts no grupas:
 - 3.1.1. Ja audzēknis bez attaisnojoša iemesla patvaļīgi kavē vairāk nekā 50% treniņnodarbību;
 - 3.1.2. Ja audzēknis bez iepriekšēja brīdinājuma atkārtoti nav ieradies uz sacensībām;
 - 3.1.3. Ja audzēknis nav kārtojis vai nokārtojis mācību grupas pārceļšanas normatīvus;

- 3.1.4. Uz likumiskā pārstāvja iesnieguma pamata, pārejot mācīties uz citu izglītības iestādi, mainot dzīves vietu, ģimenes apstākļu dēļ;
- 3.1.5. Par iekšējās kārtības noteikumu neievērošanu vai atkārtotu pārkāpumu;
- 3.1.6. Ja vairāk kā trīs mēnešus nav veikta līdzfinansējuma maksa par programmas apguvi;
- 3.1.7. Ja izglītojamais apguvis programmu un saņēmis valsts atzītu apliecību par profesionālās ievirzes izglītības apguvi;
- 3.1.8. Citu iemeslu dēļ, pamatojoties uz oficiāliem dokumentiem.

4. PĀRCELŠANAS KĀRTĪBA UN GRUPU SASTĀVA APSTIPRINĀŠANA

- 4.1. Līdz katra kalendārā gada 31.augustam Daugavpils Futbola skola organizē programmu Grupu izvērtēšanu saskaņā ar MK noteikumiem.
- 4.2. Programmas izglītojamo, kurš ir izpildījis MK noteikumos noteikto augstākas grupas rezultativitātes kritērijus, pārceļ uz atbilstošas kvalifikācijas Grupu.
- 4.3. Sporta skolas direktors izdod rīkojumu par:
 - 4.3.1. izglītojamo pārcelšanu uz nākamo Grupu un Grupu sastāva apstiprināšanu, pamatojoties uz Programmas Grupu izvērtēšanas rezultātiem;
 - 4.3.2. par Interesu programmas Grupu sastāva apstiprināšanu.

5. CITI NOTEIKUMI

- 5.1. Atzīt par spēkā neesošiem Daugavpils Futbola skola 2018.gada 31.augusta Izglītojamo uzņemšanas, pārcelšanas un atskaitīšanas noteikumus.
- 5.2. Noteikumi stājas spēkā 2025.gada 9.jūnijā.

**Daugavpils valstspilsētas
pašvaldības iestādes
“Daugavpils Futbola skola”
direktoram**

/vārds, uzvārds/

/personas kods/

IESNIEGUMS

Lūdzu uzņemt manu bērnu _____, personas kods

_____ (dzimšanas gads: _____) Daugavpils Futbola skolā.

Mācību iestāde:

Mājas adrese:

Telefona numurs:

Ziņas par vecākiem:

Māte:

/vārds, uzvārds, telefona numurs, e-pasts/

Tēvs:

/vārds, uzvārds, telefona numurs, e-pasts/

Neiebilstu, ka mans bērns dodas izbraukumos kopā ar Daugavpils Futbola skolas treneriem, lai piedalītos Latvijas Republikas un starptautiskajās sacensībās, kamēr viņš (-a) ir Daugavpils Futbola skolas audzēknis (-e). Pilnvaroju Daugavpils Futbola skolas trenerus saņemt bērnam izmaksājamo naudas summu personiskajiem izdevumiem izbraukuma spēļu laikā.

Piekrītu, ka sniegtās ziņas par bērnu tiek ievadītas Valsts izglītības informācijas sistēmas datu bāzē un tiek veikta mana bērna personas datu apstrāde.

Piekrītu, ka bērna mācību gaitas Daugavpils Futbola skolā tiek fiksētas foto, video un audio materiālos. Informācija var tikt izmantota/ publicēta Daugavpils Futbola skolas vajadzībām dažādās publikācijās, afišās, mājaslapās un video materiālos.

Manam bērnam **ir/nav** nepieciešama speciālā diēta:

(atzīmēt)

**Tāpēc viņam (-ai) nav
ieteicams:**

**Viņš (-a) nedrīkst lietot
uzturā:**

Daugavpils valstspilsētas pašvaldības iestādes
“Daugavpils Futbola skola”
audzēkņa un vecāku tiesību un pienākumu noteikumi

1. Daugavpils Futbola skolas audzēkņa tiesības:

- 1.1. Izmantot mācību-treniņu nodarbību laikā Daugavpils Futbola skolas pieejamās sporta bāzes un inventāru;
- 1.2. Saņemt kvalitatīvu treniņnodarbību programmu kvalificētu treneru vadībā;
- 1.3. Pēc Daugavpils Futbola skolas absolvēšanas saņemt apliecību par profesionālās ievirzes sporta izglītības iegūšanu;
- 1.4. Mācību-treniņu nodarbību procesa laikā divas reizes gadā pārbaudīt veselību Sporta medicīnas centrā.

2. Audzēkņa pienākumi:

- 2.1. Sistemātiski apmeklēt mācību-treniņu nodarbības;
- 2.2. Ja trīs mēnešu laikā audzēknis (-e) kavē vairāk nekā 50% mācību-treniņu nodarbības, viņš (-a) tiek atskaitīts (-a) no Daugavpils Futbola skolas;
- 2.3. Strikti un precīzi izpildīt trenera norādījumus;
- 2.4. Piedalīties Daugavpils Futbola skolas rīkotajās sacensībās pēc sacensību kalendārā plāna un treneru lēmuma;
- 2.5. Aizstāvēt Daugavpils Futbola skolas un pilsētas godu Latvijas Republikas un starptautiskajās sacensībās Latvijas izlases komandu sastāvā;
- 2.6. Ievērot sportisko režīmu, disciplīnu, kā arī ievērot higiēnas prasības;
- 2.7. Saudzēt piešķirto sporta inventāru, aprīkojumu un ekipējumu;
- 2.8. Laukumā un mācību-treniņu nodarbību laikā cienīt savus partnerus un pretiniekus.

3. Audzēkņa vecāku tiesības:

- 3.1. Saņemt informāciju par dēla (meitas) sportiskajiem sasniegumiem, kā arī uzvedību treniņu un sacensību laikā;
- 3.2. Tikai ar trenera atļauju vērot mācību-treniņu nodarbības.

4. Audzēkņa vecāku pienākumi:

- 4.1. Nodrošināt dēla (meitas) medicīnisko pārbaudi pie ģimenes ārsta pēc trenera vai Sporta medicīnas centra ārsta pieprasījuma;
- 4.2. Uzturēt ciešus kontaktus ar dēla (meitas) treneri un Daugavpils Futbola skolas administrāciju;
- 4.3. Informēt treneri vai Daugavpils Futbola skolas administrāciju par dēla (meitas) mācību-treniņu nodarbību neapmeklēšanas iemesliem;
- 4.4. Informēt treneri vai Daugavpils Futbola skolas vadību par audzēkņa (-nes) sekmēm citās skolās vai izglītības iestādēs;
- 4.5. Mācību-treniņu nodarbību un spēļu laikā neiejaukties Daugavpils Futbola skolas treneru darbā. Aizliegts kliegt, mācīt vai citos veidos ietekmēt izglītojamā sniegumu laukumā.

Ar Daugavpils Futbola skolas
Noteikumiem esmu iepazinies (-usies)
un piekrītu:

Audzēkņa (-nes) paraksts _____

Vecāku paraksts _____

KONTROLNORMATĪVI SĀKUMA SAGATAVOŠANAS GRUPĀM

Daugavpils Futbola skolas grupa	1.normatīvs*	2.normatīvs*	3.normatīvs*
SSG	Prot lēkt no vietas (Atspēriens no vietas ar abām kājām pēc atvēziena ar rokām).	Bumbas vadīšana dažādos virzienos (bez laika kontroles ierobežota teritorijā).	Prot skriet lēnā vienmērīgā tempā (divas minūtes nepārtraukti)

*Normatīvi tiek kārtoti uz *ieskaitīts/ neieskaitīts*.

Audzēkņi, kuri visus normatīvus nokārto sekmīgi līdz katra kalendārā gada 1.oktobrim tiek uzņemti SSG ar direktora rīkojumu.

KONTROLNORMATĪVU TESTI ZĒNIEM

Grupa: SSG

Tests	3 balles	4 balles	5 balles
10 metru skrējienšno vietas	2.47 (sekundes)	2.40	2.34
Bumbas vadīšana ar sitienu vārtos. (3 mēģinājumi)	Bez laika kontroles. Uz precizitāti		

Bumbas vadīšana ar sitienu vārtos

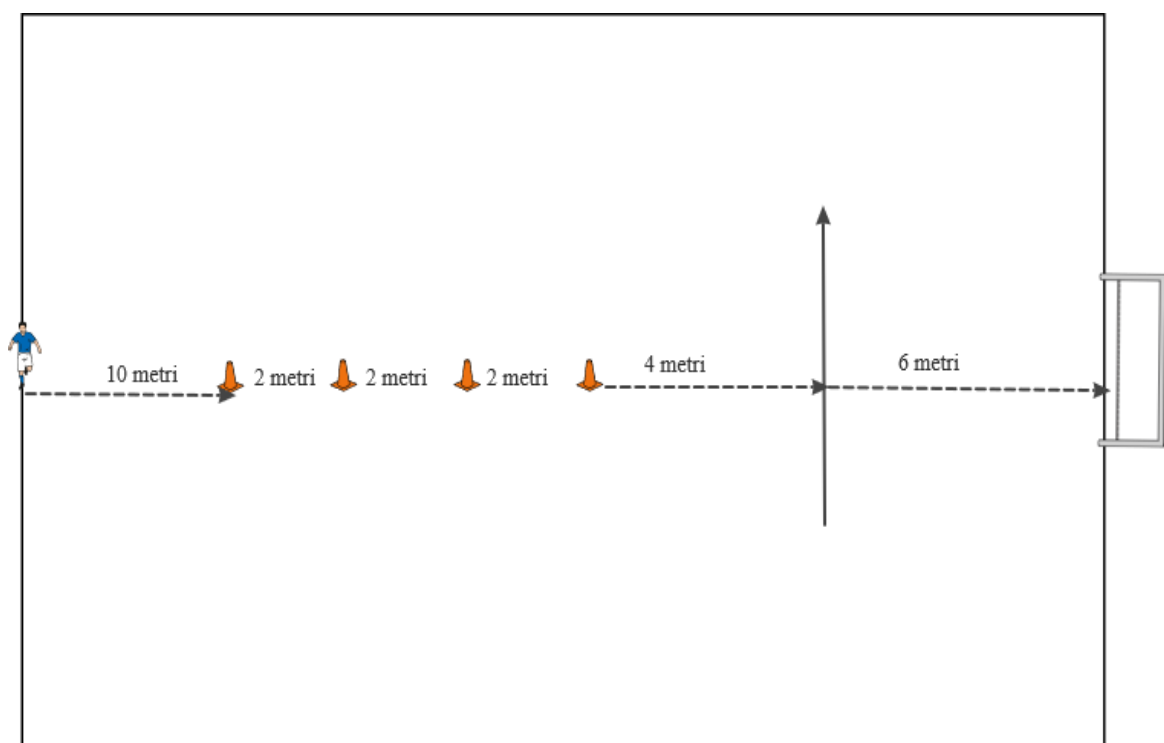
Vingrinājums tiek ieskaitīts, kad tiek apvesti visi konusi un trāpīts vārtos

Vārtu izmērs-2x3 metri

Kritēriji:

*bumbas vadīšana mainot kājas

*nedrīkst apgāzt konusus



Grupa: MT-1

Tests.	3 balles	4 balles	5 balles
10 metru skrējienšno vietas	2.45 (sekundes)	2.38	2.30
Bumbas vadīšana ar sitienu vārtos. (3 mēģinājumi)	Bez laika kontroles. Uz precizitāti		

Bumbas vadīšana ar sitienu vārtos

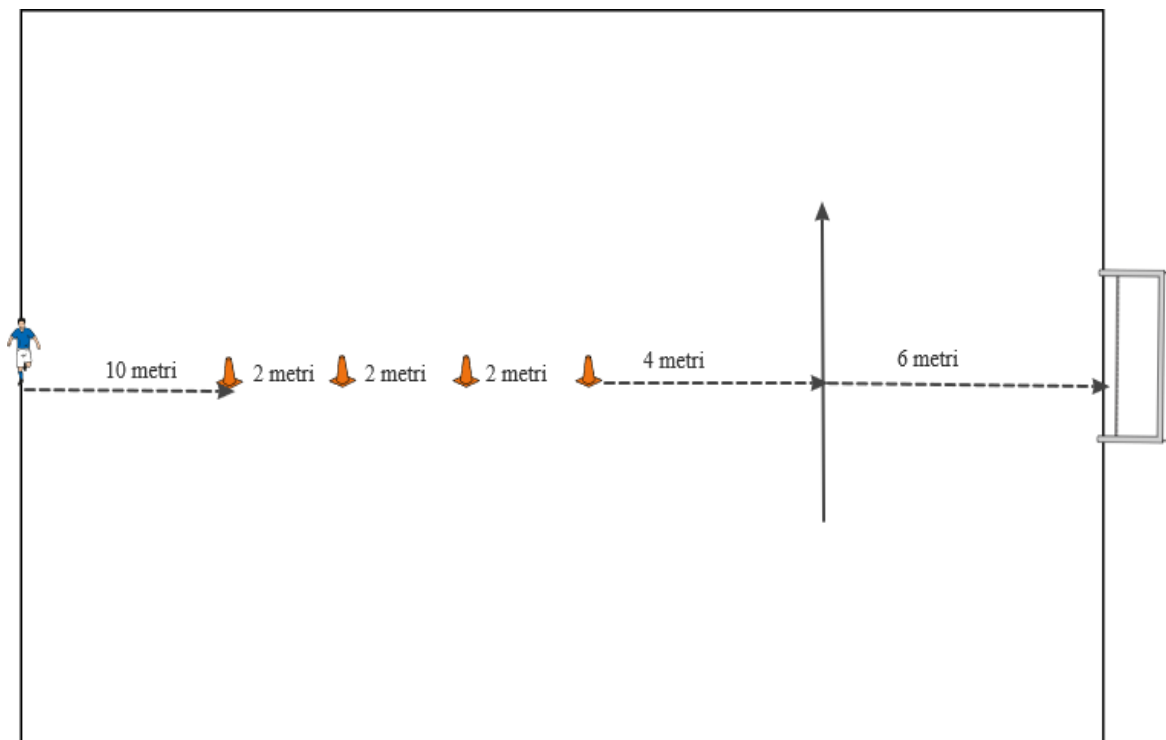
Vingrinājums tiek ieskaitīts, kad tiek apvesti visi konusi un trāpīts vārtos

Vārtu izmērs - 2x3 metri

Kritēriji:

*bumbas vadīšana mainot kājas

*nedrīkst apgāzt konusus



Grupa: MT-2

***Minimālā punktu kopsumma: 12 punkti ar nosacījumu, ka katrā kontrolnormatīvā ir sasniegti minimums 3 punkti**

Tests	3 balles	4 balles	5 balles
30 metru skrējiens	6.00 sekundes	5.70	5.50
Tāllēkšana no vietas	140 cm	150	160
Žonglēšana (3 mēģinājumi)	10 reizes	20	30
Bumbas vadīšana ar sitienu vārtos. (3 mēģinājumi)	14.00 sekundes	13.00	12.00

Žonglēšana

*Ar bumbas atsitieni pret zemi pēc katra pieskāriena bumbai

Bumbas vadīšana ar sitienu vārtos

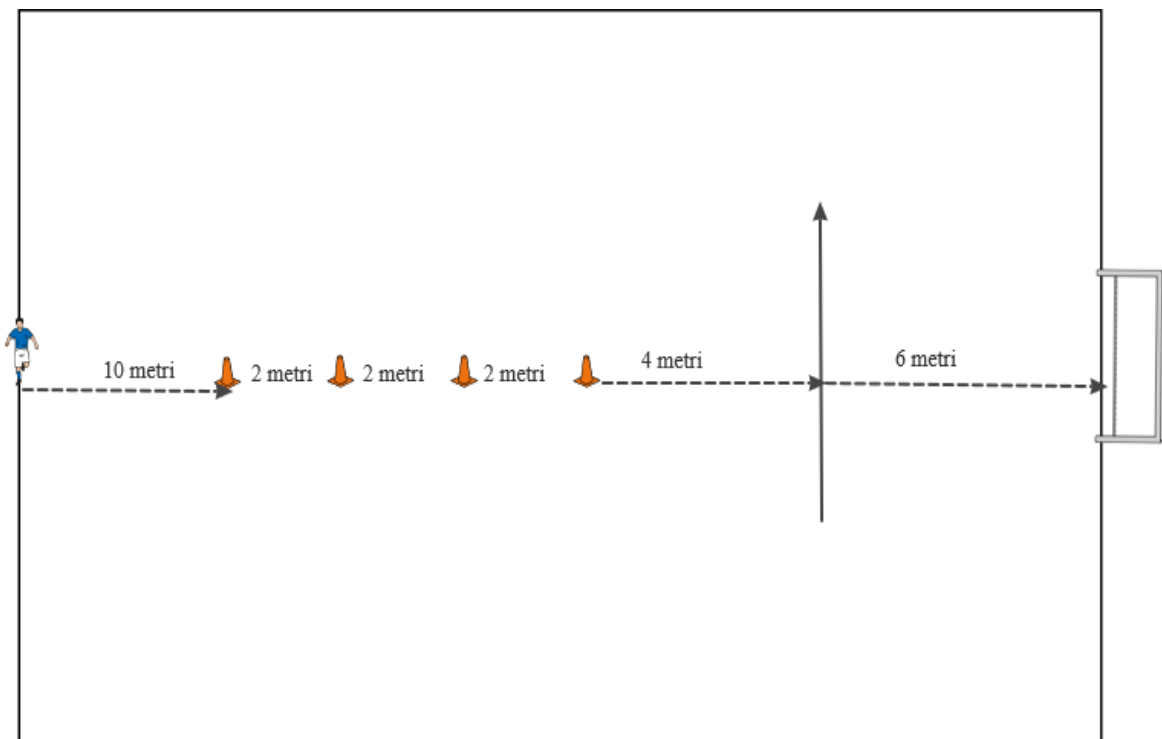
Vārtu izmērs-2x3 metri

Kritēriji:

*bumbas vadīšana mainot kājas

*nedrīkst apgāzt konusus

*laiku fiksē brīdī, kad bumba ir šķērsojusi vārtu līniju



Grupa: MT-3

***Minimālā punktu kopsumma: 12 punkti ar nosacījumu, ka katrā kontrolnormatīvā ir sasniegti minimums 3 punkti**

Tests	3 balles	4 balles	5 balles
30 metru skrējiens	5.80 sekundes	5.50	5.30
Tāllēkšana no vietas	150 cm	160	170
Žonglēšana (3 mēģinājumi)	20 reizes	40	50
Bumbas vadīšana ar sitienu vārtos. (3 mēģinājumi)	12.50 sekundes	11.50	11.00

Žonglēšana.

*Nenolaižot bumbu zemē

Bumbas vadīšana ar sitienu vārtos

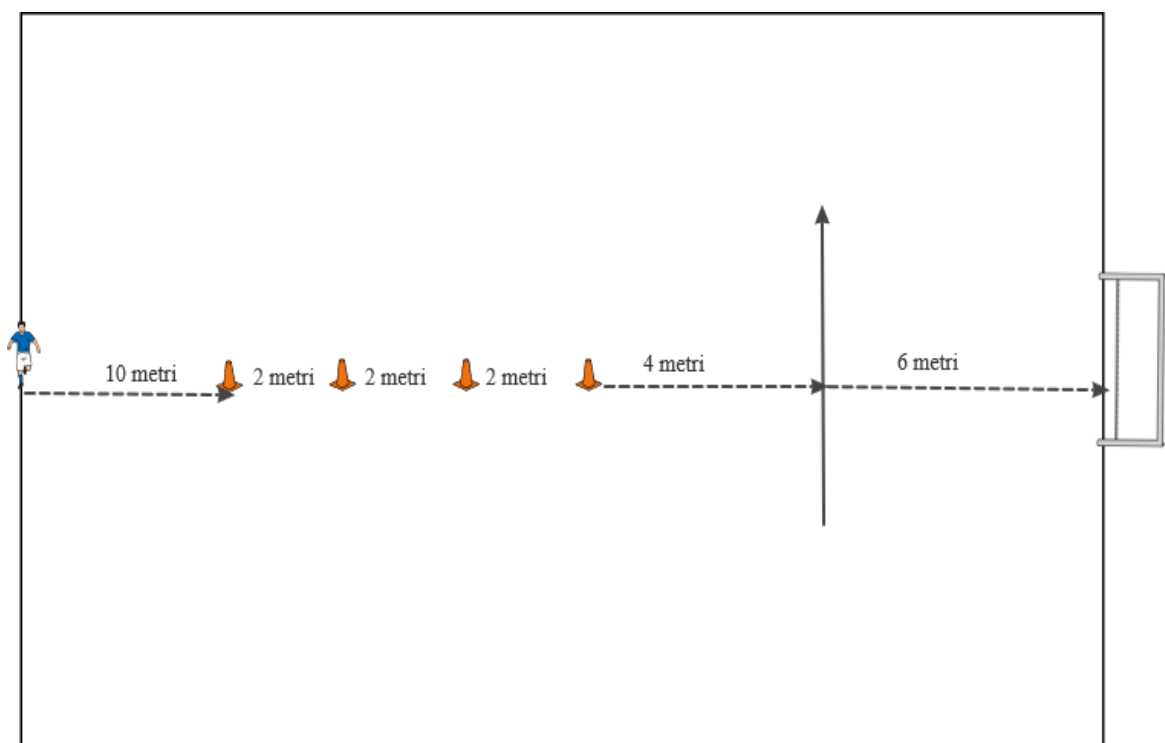
Vārtu izmērs-2x3 metri

Kritēriji:

*bumbas vadīšana mainot kājas

*nedrīkst apgāzt konusus

*laiku fiksē brīdī, kad bumba ir šķērsojusi vārtu līniju



Grupa: MT-4

***Minimālā punktu kopsumma: 12 punkti ar nosacījumu, ka katrā kontrolnormatīvā ir sasniegti minimums 3 punkti**

Testi	3 balles	4 balles	5 balles
30 metru skrējiens	5.60 sekundes	5.30	5.10
Tāllēkšana no vietas	160 cm	170	180
Žonglēšana (3 mēģinājumi)	30 reizes	60	100
Bumbas vadīšana ar sitienu vārtos (3 mēģinājumi)	11.50 sekundes	10.50	10.00

Žonglēšana

*Žonglēšanu uzsāk, pametot bumbu ar rokām

Bumbas vadīšana ar sitienu vārtos

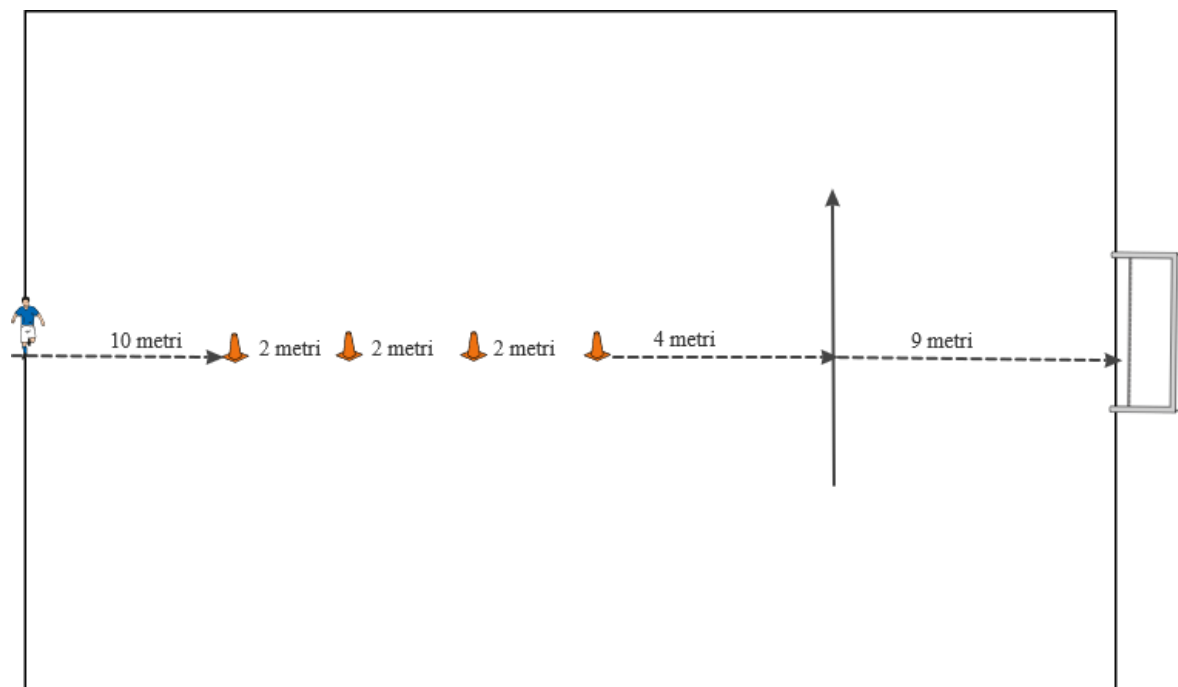
Vārtu izmērs-2x5metri

Kritēriji:

*bumbas vadīšana mainot kājas

*nedrīkst apgāzt konusus

*laiku fiksē brīdī, kad bumba ir šķērsojusi vārtu līniju



Grupa: MT-5

***Minimālā punktu kopsumma: 12 punkti ar nosacījumu, ka katrā kontrolnormatīvā ir sasniegti minimums 3 punkti**

Testi	3 balles	4 balles	5 balles
30 metru skrējiens	5.40 sekundes	5.10	4.90
Tāllēkšana no vietas	170 cm	185	195
Žonglēšana (3 mēģinājumi)	50 reizes	100	150
Bumbas vadīšana ar sitienu vārtos (3 mēģinājumi)	10.50 sekundes	9.50	9.00

Žonglēšana

*Žonglēšanu uzsāk pametot bumbu ar rokām

Bumbas vadīšana ar sitienu vārtos

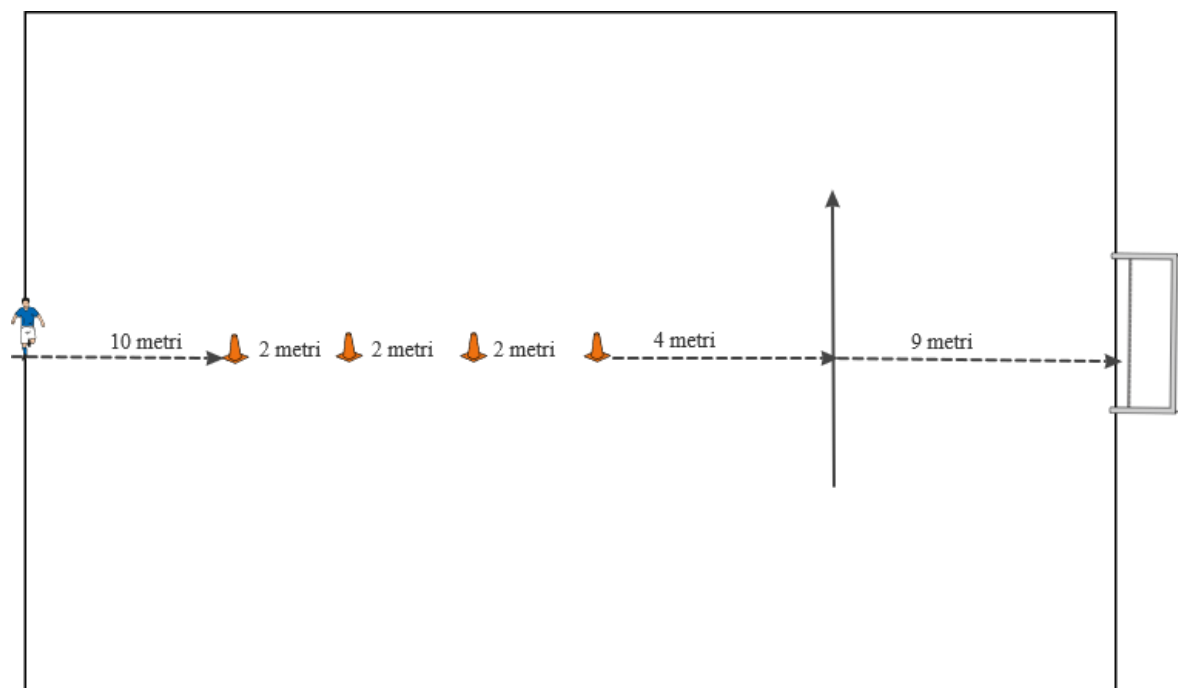
Vārtu izmērs-2x5metri.

Kritēriji:

*bumbas vadīšana mainot kājas

*nedrīkst apgāzt konusus

*laiku fiksē brīdī, kad bumba ir šķērsojusi vārtu līniju



Grupa: MT-6

***Minimālā punktu kopsumma: 12 punkti ar nosacījumu, ka katrā kontrolnormatīvā ir sasniegti minimums 3 punkti**

Testi.	3 balles	4 balles	5 balles
30 metru skrējiens	5.20 sekundes	4.90	4.70
Tāllēkšana no vietas	180 cm	195	210
Žonglēšana (3 mēģinājumi)	80 reizes	140	200
Bumbas vadīšana ar sitienu vārtos. (3 mēģinājumi)	9.50 sekundes	8.50	8.00

Žonglēšana

*Žonglēšanu uzsāk bumbai atrodoties uz zemes

Bumbas vadīšana ar sitienu vārtos

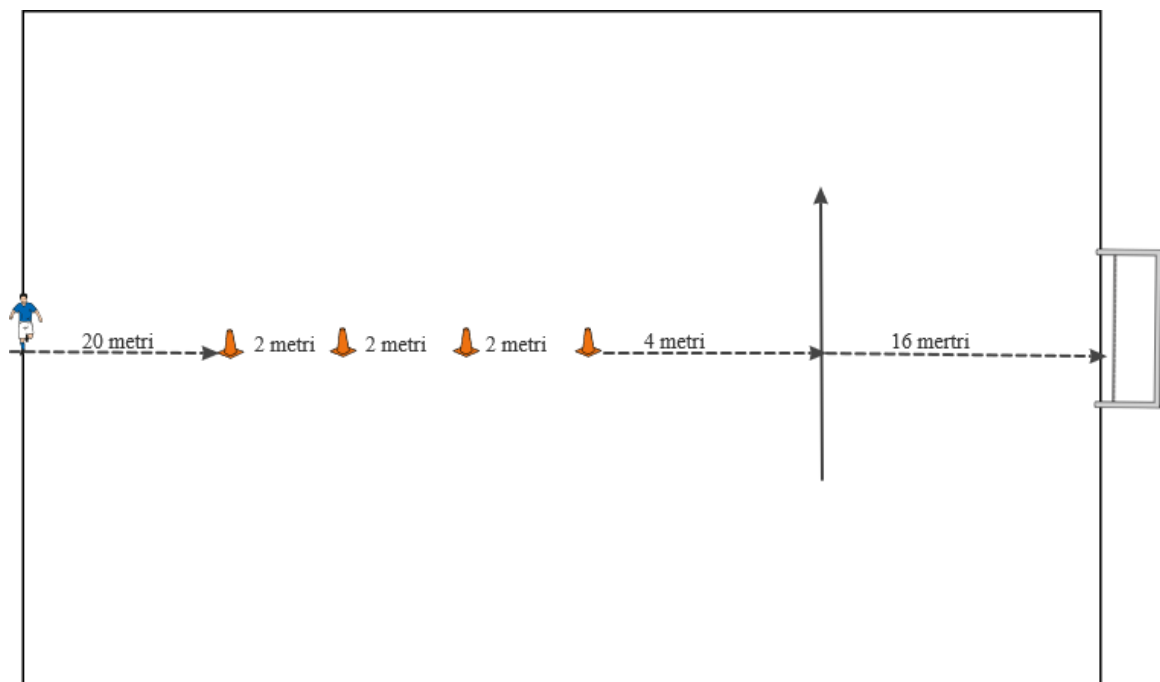
Vārtu izmērs-2,44x7,32 metri.

Kritēriji:

*bumbas vadīšana mainot kājas

*nedrīkst apgāzt konusus

*laiku fiksē brīdī, kad bumba ir šķērsojusi vārtu līniju



Grupa: MT-7

***Minimālā punktu kopsumma: 12 punkti ar nosacījumu, ka katrā kontrolnormatīvā ir sasniegti minimums 3 punkti**

Testi	3 balles	4 balles	5 balles
30 metru skrējiens	5.00 sekundes	4.70	4.50
Tāllēkšana no vietas	190 cm	205	220
Ilinoisa	18.20 sekundes	17.60	17.00
Bumbas vadīšana ar sitienu vārtos. (3 mēģinājumi)	9.00 sekundes	8.00	7.50

Grupa: SMP-1

***Minimālā punktu kopsumma: 12 punkti ar nosacījumu, ka katrā kontrolnormatīvā ir sasniegti minimums 3 punkti**

Testi	3 balles	4 balles	5 balles
30 metru skrējiens	4,90 sekundes	4.60	4.40
Tāllēkšana no vietas	205 cm	220	235
Ilinoisa	18.00 sekundes	17.30	16.50
Bumbas vadīšana ar sitienu vārtos. (3 mēģinājumi)	8,50 sekundes	7.80	7.30

Grupa: SMP-2

***Minimālā punktu kopsumma: 12 punkti ar nosacījumu, ka katrā kontrolnormatīvā ir sasniegti minimums 3 punkti**

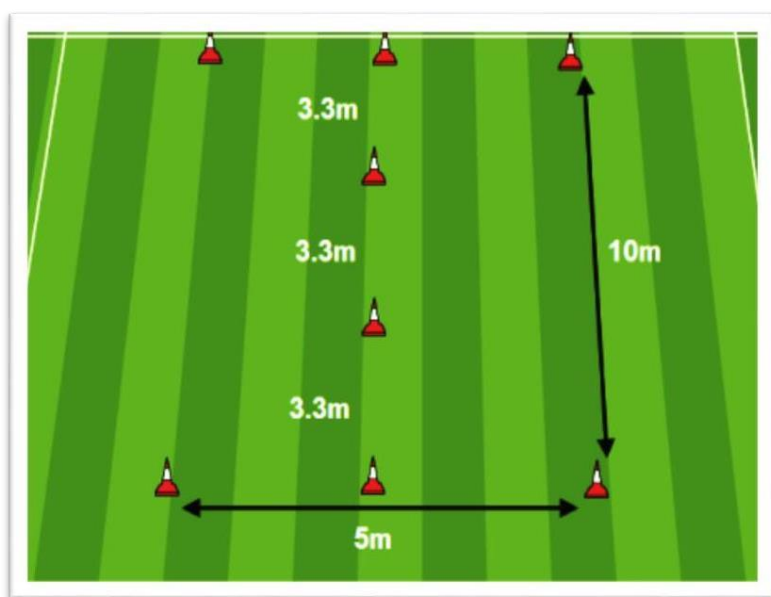
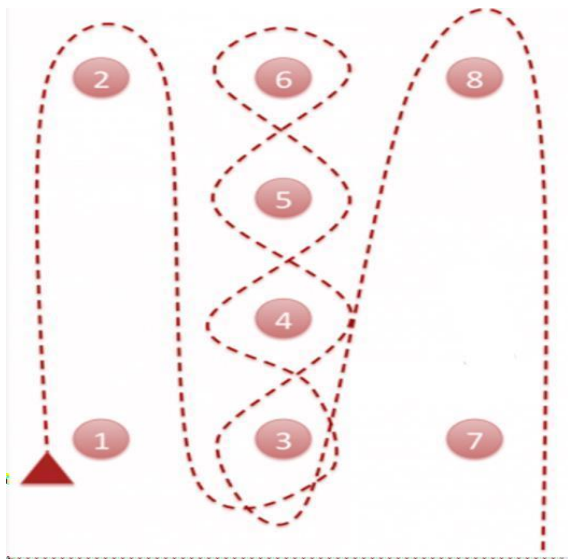
Testi	3 balles	4 balles	5 balles
30 metru skrējiens	4,80 sekundes	4.50	4.30
Tāllēkšana no vietas	220 cm	235	250
Ilinoisa	17.80 sekundes	17.00	16.00
Bumbas vadīšana ar sitienu vārtos. (3 mēģinājumi)	8,30 sekundes	7.50	7.0

Grupa: SMP-3 (16 gadi)

***Minimālā punktu kopsumma: 12 punkti ar nosacījumu, ka katrā kontrolnormatīvā ir sasniegti minimums 3 punkti**

Testi	3 balles	4 balles	5 balles
30 metru skrējiens	4,60 sekundes	4.40	4.20
Tāllēkšana no vietas	240 cm	250	260
Ilinoisa	17.60 sekundes	16.50	15.20
Bumbas vadīšana ar sitienu vārtos. (3 mēģinājumi)	8.00 sekundes	7.0	6.50

Spēlētājs skrien līkloču starp konusiem no starta līdz finišam. Spēlētājiem ir divi piegājieni, treneris fiksē labāko rezultātu.



Bumbas vadīšana ar sitienu vārtos

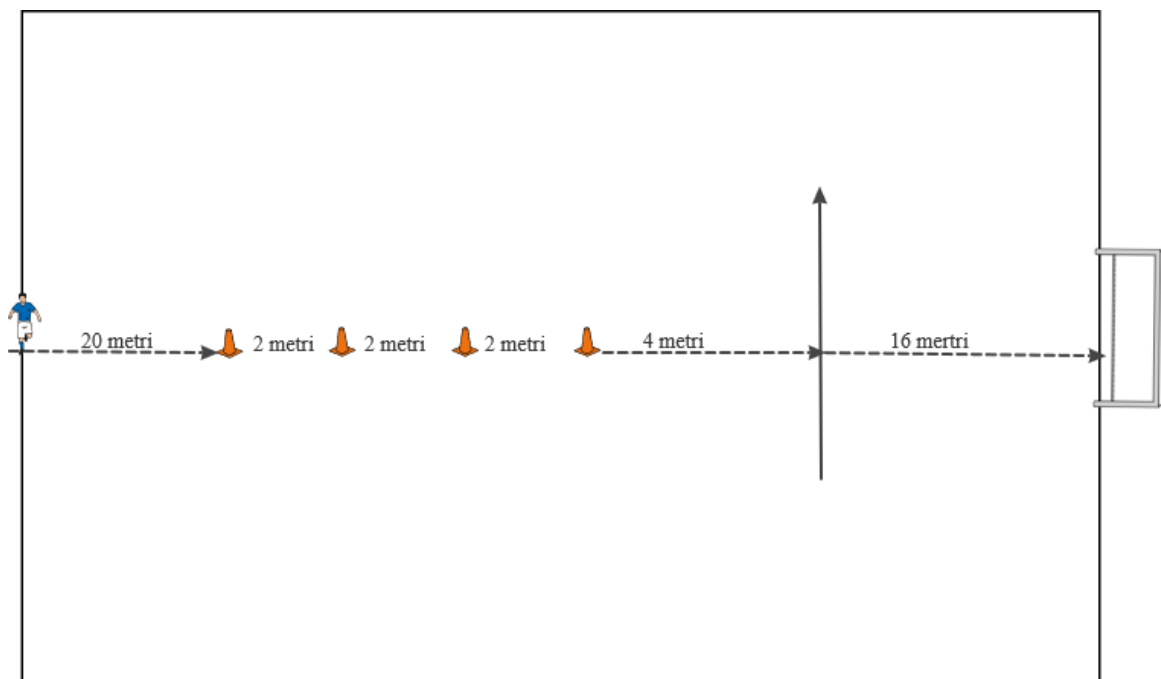
Vārtu izmērs-2,44x7,32 metri

Kritēriji:

*bumbas vadīšana mainot kājas

*nedrīkst apgāzt konusus

*laiku fiksē brīdī, kad bumba ir šķērsojusi vārtu līniju



KONTROLNORMATĪVU TESTI MEITENĒM

Grupa: SSG

Tests	3 balles	4 balles	5 balles
10 metru skrējiens no vietas	2.47 (sekundes)	2.40	2.34

Grupa: MT-1

Tests	3 balles	4 balles	5 balles
10 metru skrējiens no vietas	2.45 (sekundes)	2.38	2.30

Grupa: MT-2

***Minimālā punktu kopsumma: 9 punkti ar nosacījumu, ka katrā kontrolnormatīvā ir sasniegti minimums 3 punkti**

Tests	3 balles	4 balles	5 balles
30 metru skrējiens	6.00 sekundes	5.70	5.50
Tāllēkšana no vietas	140 cm	150	160
Žonglēšana (3 mēģinājumi)	10 reizes	20	30

Grupa: MT-3

***Minimālā punktu kopsumma: 9 punkti ar nosacījumu, ka katrā kontrolnormatīvā ir sasniegti minimums 3 punkti**

Tests	3 balles	4 balles	5 balles
30 metru skrējiens	5.80 sekundes	5.50	5.30
Tāllēkšana no vietas	130 cm	160	170
Žonglēšana (3 mēģinājumi).	20 reizes	40	50

Žonglēšana

*Nenolaižot bumbu zemē

Grupa: MT-4

*** Minimālā punktu kopsumma: 9 punkti ar nosacījumu, ka katrā kontrolnormatīvā ir sasniegti minimums 3 punkti**

Testi	3 balles	4 balles	5 balles
30 metru skrējiens	5.70 sekundes	5.30	5.10
Tāllēkšana no vietas	135 cm	165	180
Žonglēšana (3 mēģinājumi).	25 reizes	45	65

Žonglēšana

*Žonglēšanu uzsāk pametot bumbu ar rokām

Grupa: MT-5

***Minimālā punktu kopsumma: 9 punkti ar nosacījumu, ka katrā kontrolnormatīvā ir sasniegti minimums 3 punkti**

Testi	3 balles	4 balles	5 balles
30 metru skrējiens	5.60 sekundes	5.20	4.90
Tāllēkšana no vietas	140 cm	170	190
Žonglēšana (3 mēģinājumi)	30 reizes	50	70

Žonglēšana

*Žonglēšanu uzsāk pametot bumbu ar rokām

Grupa: MT-6

***Minimālā punktu kopsumma: 9 punkti ar nosacījumu, ka katrā kontrolnormatīvā ir sasniegti minimums 3 punkti**

Testi	3 balles	4 balles	5 balles
30 metru skrējiens	5.50 sekundes	5.10	4.80
Tāllēkšana no vietas	150 cm	175	195
Žonglēšana (3 mēģinājumi).	35 reizes	55	75

Žonglēšana

*Žonglēšanu uzsāk bumbai atrodoties uz zemes

Grupa: MT-7

***Minimālā punktu kopsumma: 9 punkti ar nosacījumu, ka katrā kontrolnormatīvā ir sasniegti minimums 3 punkti**

Testi	3 balles	4 balles	5 balles
30 metru skrējiens	5.40 sekundes	5.00	4.70
Tāllēkšana no vietas	155 cm	180	200
Žonglēšana (3 mēģinājumi)	35 reizes	60	80

Žonglēšana

*Žonglēšanu uzsāk bumbai atrodoties uz zemes

Grupa: SMP-1

***Minimālā punktu kopsumma: 9 punkti ar nosacījumu, ka katrā kontrolnormatīvā ir sasniegti minimums 3 punkti**

Testi	3 balles	4 balles	5 balles
30 metru skrējiens	5,30 sekundes	4.90	4.60
Tāllēkšana no vietas	160 cm	180	200
Žonglēšana (3 mēģinājumi)	40 reizes	65	85

Žonglēšana

*Žonglēšanu uzsāk bumbai atrodoties uz zemes

Grupa: SMP-2

*** Minimālā punktu kopsumma: 9 punkti ar nosacījumu, ka katrā kontrolnormatīvā ir sasniegti minimums 3 punkti**

Testi	3 balles	4 balles	5 balles
30 metru skrējiens	5.20 sekundes	4.80	4.50
Tāllēkšana no vietas	170 cm	190	210
Žonglēšana (3 mēģinājumi)	50 reizes	70	90

Žonglēšana

*Žonglēšanu uzsāk bumbai atrodoties uz zemes

Grupa: SMP-3

***Minimālā punktu kopsumma: 9 punkti ar nosacījumu, ka katrā kontrolnormatīvā ir sasniegti minimums 3 punkti**

Testi	3 balles	4 balles	5 balles
30 metru skrējiens	5.10 sekundes	4.70	4.40
Tāllēkšana no vietas	180 cm	200	220
Žonglēšana (3 mēģinājumi)	60	80	100

Žonglēšana

*Žonglēšanu uzsāk bumbai atrodoties uz zemes