

PATVIRTINTA  
Šilalės rajono savivaldybės administracijos  
Švietimo, kultūros ir sporto skyriaus vedėjo  
2025 m. spalio d. įsakymu Nr.

## 2025-2026 M.M. ŠILALĖS RAJONO MOKYKLŲ ŽAIDYNIŲ ESTAFEČIŲ „DRĄSŪS, STIPRŪS, VIKRŪS“ VARŽYBŲ NUOSTATAI

### I SKYRIUS VYKDYMO LAIKAS IR VIETA

1. Varžybos vykdomos 2026 m. sausio 27 d.
2. Varžybų vieta: Šilalės sporto ir laisvalaikio centras.
3. Varžybų pradžia 9.30 val.

### II SKYRIUS DALYVIAI

4. Varžybose dalyvauja bendrojo ugdymo mokyklų komandos:
  - 4.1. gimę 2015 m. ir jaunesni mokiniai.
5. Vienos komandos sudėtis – 8 mergaitės, 8 berniukai, 4 atsarginiai (2 mergaitės ir 2 berniukai) ir 2 mokytojai.

#### **6. Varžybose dalyvaujančios mokyklos 2015 m. gim. ir jaunesni:**

- 6.1. Šilalės r. Kvėdarnos Kazimiero Jauniaus gimnazija;
- 6.2. Šilalės r. Kaltinėnų Aleksandro Stulginskio gimnazija;
- 6.3. Šilalės r. Pajūrio Stanislovo Biržiškio gimnazija.
- 6.4. Šilalės r. Dariaus ir Girėno progimnazija.

### III SKYRIUS PROGRAMA

8. Komanda iškovojo I vietą patenka į kitą etapą:
  - 8.1. 2015 m. gimusių ir jaunesnių zoninės varžybos vyks 2026 m. vasario 3/4/5/6/7 d. (Šilalės r.);
10. Varžybų programą sudaro 8 estafetes.

### IV SKYRIUS BENDRIEJI REIKALAVIMAI

11. Visos estafetės vykdomos tinklinio aikštelėje 9x18 m. Prireikus teisėjų ir mokytojų sprendimu šie matmenys gali būti mažinami.
12. 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.
13. 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.
14. 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.

15. Visose estafetėse dalyviams draudžiama peržengti starto liniją, kol bus paimta estafetės lazdelė ar kamuolys. Pažeidęs šį reikalavimą dalyvis gražinamas į starto poziciją.

16. Krepšinio technikos elementai visose estafetėse turi būti atliekami pagal krepšinio taisykles. Leidžiama naudotis Nr. 6 arba Nr. 5 dydžio krepšinio kamuoliais. Pasirinkto dydžio kamuoliais privalo naudotis visi komandos dalyviai.

17. Estafečių lazdelių, išskyrus porolonines, matmenys turi atitikti lengvosios atletikos taisyklėse nurodytus reikalavimus.

18. Gimnastikos lankai plastikiniai (skersmuo nuo 86–90 cm), o maišeliai iš normalios medžiagos (neimpregnuoti, ne dermatininiai), viršus nesukietintas.

19. Grindų riedulio lazda ir kamuoliukas turi atitikti grindų riedulio taisyklėse nurodytus reikalavimus (lazda plastikinė arba anglies pluošto, kamuoliukas plastikinis, lengvas, skylėtas).

20. Visą reikiamą inventorių atsiveža dalyvaujanti komanda. Estafetėse ativežtas inventorius turi atitikti nuostatuose nurodytus reikalavimus. Jei neatitinka – naudojamas vykdančios organizacijos inventorius.

21. Estafečių atlikimo metu sugadintą inventorių galima pakeisti, bet netrukdant estafečių atlikimo eigos ir estafetė dėl to nėra stabdoma.

22. Be sportinės avalynės draudžiama dalyvauti varžybose.

## V SKYRIUS LAIMĖTOJŲ NUSTATYMAS

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

24. Komanda, estafetėje laimėjusi I vietą, bendrai komandinei įskaitai pelno 1 tašką, II – 2 taškus ir t. t. Jeigu dvi ar daugiau komandų pasiekia vienodą laiką, jos dalijasi atitinkamas vietas, o įskaitai pelno vienodą taškų sumos vidurkį. Pavyzdžiui, trys komandos pasiekia vienodą laiką ir užima I–III vietas, jos įskaitai pelno šių vietų taškų sumos vidurkį  $(1+2+3):3=2$  tšk.

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

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

27. Jeigu dvi ar daugiau komandų surenka vienodą taškų sumą, pirmenybė skiriama komandai, turinčiai daugiau pirmųjų vietų, paskui – antrųjų ir t. t., o esant šiam rodikliui vienodam, pirmenybė teikiama komandai, kuri pasiekė geresnį laiką greičio estafetėje.

## VI SKYRIUS PARAIŠKOS

28. Į varžybas atvykdamos komandos vyr. teisėjui pateikia mokyklos direktoriaus patvirtintą ir sveikatos specialisto vizuotą paraišką, kurioje nurodoma: mokyklos pavadinimas, dalyvio vardas, pavardė, gimimo metai, klasė ir vadovo (mokytojo) vardas, pavardė. Kartu pateikiami mokinių pažymėjimai su nuotraukomis. Varžybų dalyviai sutinka, kad filmuota ir fotografuota medžiaga bus talpinama žiniasklaidoje ir internete.

## VII SKYRIUS ESTAFEČIŲ TAISYKLIŲ TRAKTAVIMAS

29. *Gim. 2015 m. ir jaunesniems mokiniams.*

### **30. Estafetė – pralisk pro lanką:**

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

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

### **31. Estafetė – grindų riedulio „slalomas“.**

31.1. Inventorius: penki stoveliai (kėgliai, kimštiniai kamuoliai), išdėstyti aikštės viduryje 2-jų metrų atstumu vienas nuo kito, vienas grindų riedulio kamuoliukas ir grindų riedulio lazda ir du gimnastikos lankai padėti 1,5 metro atstumu nuo galinių tinklinio aikštelės linijų.

31.2. Užduotis: po signalo pirmasis berniukas bėga iki pirmojo lanko, kuriame yra grindų riedulio kamuoliukas ir lazdos pagalba varo kamuoliuką „gyvatėle“ 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. Pаметus kamuoliuką, grįžtama kartoti nuo tos vietos, kur buvo pamestas kamuoliukas.

31.3. Neskaitoma klaida, jei pamestą kamuoliuką gražina rankomis.

31.4. Pamestas kamuoliukas laikomas tuomet kai jis yra toliau nei 1 metras už varymo „koridoriaus“ arba trukdo varžovui.

31.5. Kamuoliuką į lanką privaloma įridinti tik lazdos pagalba.

### **32. Estafetė – teniso kamuoliukų pernešimas:**

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

32.2. 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.

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

### **33. Estafetė – paridenk, pagauk ir varykis:**

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

33.2. 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.

33.3. Pаметus kamuolį, grįžtama kartoti nuo tos vietos, kur buvo pamestas kamuolys.

### **34. Estafetė – „bulvių sodinimas“:**

34.1. Inventorius: medžiaginis maišelis (25x25 cm), penki gimnastikos lankai, išdėstyti aikštelės viduryje 2-jų m atstumu vienas nuo kito, penki lauko teniso kamuoliukai.

34.2. 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.

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

### **35. Estafetė – šuoliukai su lankais:**

35.1. Inventorius: vienas gimnastikos lankas.

35.2. 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.

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

**36. Estafetė – šuoliukai su šokdyne:**

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

36.2. 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 kokiū 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.

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

36.4. Nėra klaidos, jeigu ne visa šokdynė yra lanke, tačiau šokdynės abi rankenos privalo būti lanko viduje.

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

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

36.7. Pirmas šuoliukas per šokdynę perlipant per ją neįskaitomas.

**37. Estafetė – greičio estafetė:**

37.1. Inventorius: viena estafetės lazdelė.

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

## VIII SKYRIUS PASTABOS

38. Varžybas organizuojanti mokykla, ne vėliau kaip savaitę iki varžybų, pateikia Švietimo, kultūros ir sporto skyriui tvirtinti teisėjų kolegiją.

39. Mokyklos, kurių sporto salėse bus vykdomos varžybos, priima atvykstančias komandas, rūpinasi sporto sale, varžyboms reikalingu inventoriumi ir t.t.

---