

APSTIPRINĀTS  
LSS kalnu slēpošanas klubu sapulcē  
2013. gada 5. augustā

(Protokols Nr. ALP/2013/4, lēmums Nr. 3.2.)

APSTIPRINĀTS  
LSS valdes sēdē  
2013. gada 10. septembrī  
LSS prezidents V. Brīze

(Protokols Nr. ADM/2013/8, lēmums Nr. 2.1.)

## **Atlases kritēriju nolikums Latvijas jaunatnes izlasei kalnu slēpošanā 2013/2014. gada sezonai.**

### 1. Latvijas izlase.

Latvijas jaunatnes izlasi var pārstāvēt Latvijas sportisti, kas atbilstoši starptautiskās slēpošanas federācijas (FIS) noteikumiem atbilst U14(K1) vai U16(K2) vecumu grupām.

Par izlases dalībnieku uz Latvijas Slēpošanas Savienības (LSS) rīkotajām nometnēm vai pasākumiem, var kļūt jebkurš no Latvijas izlases kandidātiem, kuri atlasīti atbilstoši LSS ranga tabulai un LSS izstrādātajiem atlases kritērijiem, un kuri ir apstiprināti LSS valdē.

### 2. Sastāvs.

Latvijas jaunatnes izlase kalnu slēpošanā sastāv no A un B sastāviem.

A sastāvs:

U14(K1) – 2 zēni un 2 meitenes

U16(K2) – 2 zēni un 2 meitenes

B sastāvs:

U14(K1) – 2 zēni un 2 meitenes

U16(K2) – 2 zēni un 2 meitenes

Konkrēti sportisti tiks iekļauti A un B sastāvā pēc fizisko testu un treniņiem uz laika kontroli uzradītajiem rezultātiem. Izlases dalībnieku sastāvs tiek paziņots nevēlāk kā nedēļu pēc laika kontroles treniņu norises.

Uz starptautiskajiem sacensību braucieniem, tiek komplektēti kopā 8 sportisti. Ja kāds no A sastāva sportistiem, kādu attaisnojošu iemeslu dēļ nevar piedalīties konkrētajā nometnē, tā vietu ieņem B sastāva sportists.

### 3. Atlases kritēriji

Visi atlases kritēriji ir vienlīdz nozīmīgi. Vienīgi Latvijas jaunatnes izlases treneris ir tiesīgs noteikt kurš no izlases kandidātiem ir izcīnījis iespējas piedalīties izlases kopīgi rīkotajos treniņos, treniņu un sacensību braucienos.

- Iepriekšējās sezonas rezultāti.
- Fiziskās sagatavotības tests.
- Treniņi uz laika kontroli.
- Tehniskā sagatavotība.
- Uzradītie rezultāti LSS organizētajās sacensībās 2013./2014. gada sezonā.
- Attieksme.

#### 4. Treniņi uz laika kontroli

##### **Laiks un vieta**

Precīzs laiks un vieta tiks paziņots nevēlāk kā 2 nedēļas pirms treniņu norises.

##### **Organizatori**

Treniņus uz laika kontroli organizē, Latvijas jaunatnes izlases treneris kopā ar nozīmētiem tiesnešiem.

##### **Dalībnieki**

Fiziskajos testos var piedalīties jebkurš Latvijas sportists, kas atbilstoši starptautiskās slēpošanas federācijas (FIS) noteikumiem atbilst U14 vai U16 vecumu grupām un ir aizpildījis LSS deklarāciju.

##### **Disciplīnas**

- Slaloms
- Milzu slaloms

##### **Treniņu norise**

Katram sportistam, treniņa laikā ir doti 5 braucieni pa trasi uz laika kontroli. Braucienu skaits var tikt mainīts atkarība no treniņa dalībnieku skaita un laika apstākļiem, par to tiek paziņots pirms treniņa sākuma.

##### **Rezultātu apkopošana**

Visi rezultāti tiek apkopot tabulā kurā uzskatāmi parādīti labākie sportisti. Rezultāti tiek izsniegti sportistiem un sportistu treneriem, kā arī tiek ievietoti Latvijas jaunatnes izlases arhīva.

Tabulas paraugs:

Grupa – U16 Meitenes			
Vārds Uzvārds	Disciplīna	Brauciens	Rezultāts
Māra Zvirbule	Milzu slaloma	1.	18.45
		2.	DNF
		3.	<b>18.30</b>
		4.	18.50
		5.	DNF
	Slaloms	1.	21.70
		2.	22.04
		3.	DNF
		4.	21.56
		5.	<b>21.50</b>

#### 5. Fiziskās sagatavotības testi

##### **Laiks un Vieta**

2013. gada 28. Septembris sākums pl. 10:00. „Latvijas Sporta Pedagoģijas Akadēmijas” vieglatlētikas stadions.

## Organizatori

Fiziskos testus organizē, Latvijas jaunatnes izlases treneris kopā ar nozīmētiem tiesnešiem.

## Dalībnieki

Fiziskajos testos var piedalīties jebkurš Latvijas sportists, kas atbilstoši starptautiskās slēpošanas federācijas (FIS) noteikumiem atbilst U14 vai U16 vecumu grupām un ir aizpildījis LSS deklarāciju.

## Disciplīnas

- 60 m sprints (katram dalībniekam 2 mēģinājumi)
- 400 m sprints (katram dalībniekam 1 mēģinājums)
- Tāllēkšana no vietas, (katram dalībniekam 2 mēģinājumi)
- Roku spēks (Meitenēm roku saliekšana iztaisošana balstā guļus, zēniem pivilkšanās pie stieņa)
- Vēdera muskultūras spēks (Meitenēm guļus uz muguras ķermeņa augšdaļas atcelšana, zēniem kārienā stienī kājas pielikt pie stieņa.)
- Šķēršļu josla (Šķēršļu josla ar dažādiem uzdevumiem, katram dalībniekam 2 mēģinājumi)

## Vērtēšana

Katrā disciplīnā tiek vērtēts labākais rezultāts. Sportisti tiek iedalīti pa vecuma grupām U14 un U16 kā arī sadalīti pa dzimumiem. Tiek noskaidroti labākie sportisti rēķinot visas disciplīnas kopā.

Vieta	Punkti	Vieta	Punkti	Vieta	Punkti
1.	100	11.	25	21.	3
2.	90	12.	20	22.	2
3.	80	13.	15	23.	1
4.	70	14.	10	24.	1
5.	60	15.	9	25.	1
6.	50	16.	8	26.	1
7.	45	17.	7	27.	1
8.	40	18.	6	28.	1
9.	35	19.	5	29.	1
10.	30	20.	4	30.	1

## Rezultātu apkopošana

Visi rezultāti tiek apkopot tabulā kurā uzskatāmi parādīti labākie sportisti. Rezultāti tiek izsniegti sportistiem un sportistu treneriem, kā arī tiek ievietoti Latvijas jaunatnes izlases arhīva.

Tabulas paraugs:

Grupa – U14 Zēni					
Vārds Uzvārds	Disciplīnas	Rezultāts	Vieta	Punkti	Vieta un punkti kopvērtējumā
Pēteris Kalnins	60 m sprints	8 sek.	1.	100	600 p. / 1. vieta
	400 m sprints	1 min.	1.	100	
	Tāllēkšana no vietas	256 cm	1.	100	
	Roku spēks	10 reiz.	1.	100	

	Vēdera muskulatūras spēks	12 reiz.	1.	100	
	Šēršļu josla	35 sek.	1.	100	

6. Latvijas jaunatnes izlases arhīvs.

Latvijas jaunatnes izlases arhīvs tiek veidots lai apkopotu visu nepieciešamo informāciju par Latvijas jaunatnes izlases kandidātiem un dalībniekiem. Tas nepieciešams lai Izlases trenerim būtu vieglāk vadīt treniņus un novērtēt sportistu izaugsmi. Arhīvā būs apkopoti atlases kritēriju rezultāti, ziņas par izlases kandidātu un dalībnieku veselības stāvokli, ziņas par izlases kandidātu un dalībnieku sezonas plāniem un ziņas par izlases dalībnieku rezultātiem izlases sacensību braucienos un LSS organizētajās sacensībās.

7. Latvijas jaunatnes izlase plānoto pasākumu grafiks.

Latvijas jaunatnes izlases plānoto pasākumu grafiks tiks precizēts, kad būs apstiprināts LSS sacensību kalendārs un FIS Children sacensību kalendārs.

8. Izlases dalībnieku pienākumi un personiskā atbildība.

Latvijas izlases sportistu, kā arī treneru pienākumos ietilpst godprātīgi attiekties pret savu darbu, piedalīties LSS rīkotajās nometnēs, sacensībās un pasākumos, kā arī pārstāvēt mūsu valsti visos tajos starptautiskajos pasākumos, kur viņus deleģē LSS. Ar savu rīcību un vārdiem veicināt un popularizēt LSS vārdu valsts un starptautiskajā mērogā. Ar saudzību un cieņu izturēties pret jebkāda veida inventāru, ko izlases dalībnieka rīcībā ir nodevusi LSS.

Latvijas izlases sportistu pienākumos ietilpst:

ievērot līdz maksājumu termiņus un apjomu. iegādāties adekvātu apdrošināšanas polisi, kas sedz riskus, kas saistās ar kalnu slēpošanu sacensībās un treniņiem. Veikt obligāto veselības pārbaudi, sporta dispanserī vismaz 2 reiz gadā un saņemtos rezultātus iesniegt izlases trenerim. Ierasties uz visām apbalvošanām kalnu slēpošanās sacensībās, kurās sportistus deleģē LSS, kurās sportists ir ieguvis godalgotu vietu. Sportista pienākums ir ierasties uz apbalvošanām LSS izsniegtajā formastērpā, kas atspoguļo LSS atbalstītājus. Informēt izlases treneri par iepriekšējo treniņu un sacensību pieredzi. Informēt izlases treneri par veselības stāvokli.

9. Izlases dalībnieku tiesības.

Latvijas izlases dalībnieki ir tiesīgi piedalīties Latvijas izlases treniņu un/vai sacensību nometnēs, pēc plāna kādu ir apstiprinājusi LSS valde. Latvijas izlases dalībnieki ir tiesīgi izmantot inventāru un materiālos līdzekļus, ko viņiem piedāvā LSS jebkurā veidā, kā to ir noteikusi LSS.