

## Biedrība "RFS Academy"

Reģistrācijas Nr. 50008118751, juridiskā adrese: Rīga, Dārziema iela 60, LV-1073,

tālrunis: +371 28782318, e-pasts: [academy@fkrf.lv](mailto:academy@fkrf.lv)

APSTIPRINĀTS

Egils Trušēlis

Direktors

Rīga, 02.01.2023

Nr. IN2301-1

### IEKŠĒJIE NOTEIKUMI

### IESTĀJPĀRBAUDĪJUMI

Izdots saskaņā ar:

Izglītojamo uzņemšanas, pārcelšanas un atskaitīšanas noteikumiem (Nr.5-08/22, 26.08.2022) un Ministru kabineta noteikumiem Nr. 885

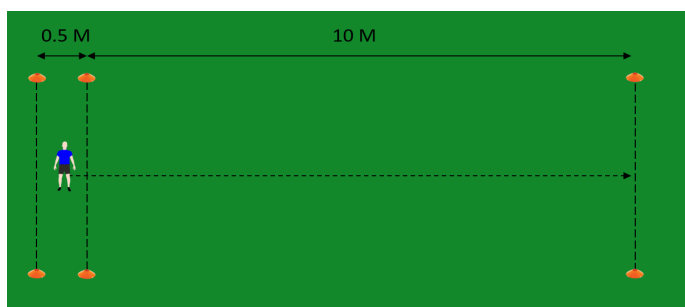
#### 1. Vispārīgie jautājumi

- 1.1. Biedrības "RFS Academy" struktūrvienība profesionālās ievirzes sporta izglītības iestādes "Raimonda Valta futbola skola "Nikars"" (turpmāk – Skola), saskaņā ar Ministru kabineta noteikumiem Nr.885 un iekšējiem noteikumiem par izglītojamo uzņemšanu, pārcelšanu un atskaitīšanu, nosaka prasības uzņemot izglītojamus SSG grupās.
- 1.2. Šie noteikumi apraksta prasības papildinot SSG grupas un tiem jābūt publicētiem Skolas oficiālajā tīmekļa vietnē.

#### 2. Iestājpārbaudījumi

##### 2.1. 10 m skrējiens no vietas.

- 2.1.1. Apraksts: Spēlētājs pēc paša iniciatīvas startē no statiskas pozīcijas, ķermenim jābūt aiz starta līnijas (ne tālāk par 0.5m), neuzkāpjot uz tās.
- 2.1.2. Mēģinājumu skaits: 2-3 reizes.
- 2.1.3. Atpūtas pauze: ~1-2 min.
- 2.1.4. Mērķis: ātruma, starta ātruma, spējas paātrināties un ātrspēka noteikšana.
- 2.1.5. Rezultāta izteiksme: sekundēs (jo mazāk jo labāk).
- 2.1.6. Vērtējums ieskaitīts, ja rezultāts ir zem 3 sekundēm.
- 2.1.7. Attēls:



## 2.2. Bumbas vadīšana ar sitienu vārtos.

- 2.2.1. Apraksts: Bumbas vadīšana mainot kājas; nedrīkst apgāzt konusus; laiku fiksē brīdī, kad bumba šķērso vārtu līniju. Vadīšanas noslēgumā sitiens vārtos 2x3m.
- 2.2.2. Mēģinājumu skaits: 3 reizes.
- 2.2.3. Atpūtas pauze: ~2-3 min.
- 2.2.4. Mērķis: kompleksās tehniskās sagatavotības noteikšana.
- 2.2.5. Rezultāta izteiksme: precīzu darbību skaits.
- 2.2.6. Vērtējums ieskaitīts, ja veiksmīgo mēģinājumu skaits ir 2.
- 2.2.7. Attēls:

