

APSTIPRINU:

MSG direktors S. Čevers

Saskaņots LVS:

KONTROLNORMATĪVI – TESTI
audzēkņu uzņemšanai MSG
un pārceļšanai no klases uz klasi

VIEGLATLĒTIKA –
DISKA MEŠANA, LODES GRŪŠANA (meitenes)

KN saturs		Kvalifikācijas prasības			
VFS		9.kl. (SMP-1)	10.kl. (SMP-2)	11.kl. (SMP-3)	12.kl. (ASM)
30 m	(s)	4,7	4,5	4,4	4,4
T/l no vietas	(m)	2,05	2,15	2,25	2,40
3-solis no vietas	(m)	6,10	6,60	6,80	7,10
SFS					
Lodes grūšana no vietas	(m)	10,00	11,00	11,80	12,30
3 kg lodes meš. ar diska paņēm.	(m)	12,00	13,50	15,00	17,50
Sporta rezultāts					
Diska mešana	(m)	20,00	30,00	37,00	44,00
Lodes grūšana	(m) 3 kg	10,50	12,50		
Lodes grūšana	(m) 4 kg			12,50	13,00

Sagatavoja:


Guntars Gailītis


SASKAŅOTS
MSG DVSI
Vita Baltiņa Kļava