

Infomatīvā avīze

07.10.2010.

LATVIJAS SPORTINGA FEDERĀCIJA

NR.2

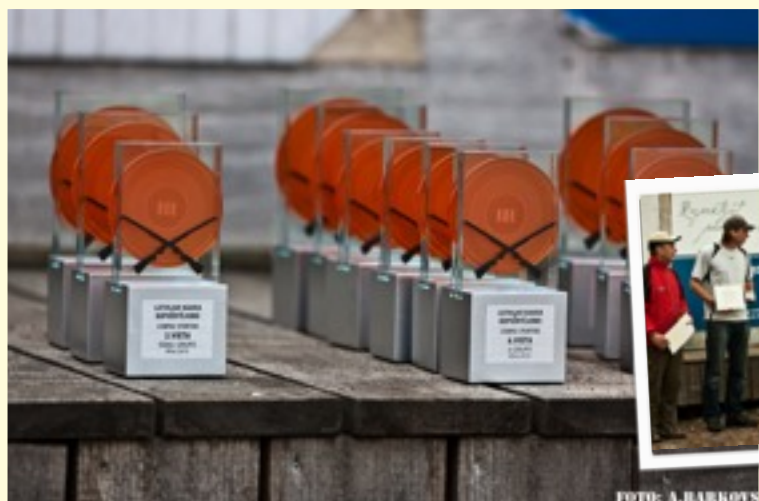


FOTO: A. BARROTS



*Sezona beigusies,
labākie noskaidroti,
laiks secinājumiem
un izvērtējumam!*

Noskaidroti Latvijas čempioni

Var uzskatīt, ka šaušanas sezona ir noslēgusies, labākie sportisti Latvijā noskaidroti, laiks atskatīties uz paveikto.

D ā m a s t r i u m f ē C o m p a k S p o r t i n g

No 5. līdz 6.septembrim Rīgas šaušanas centrā (Riga Shooting Center) risinājās Latvijas atklātais čempionāts un Latvijas Čempionāta Compak sportingā finālposms. Šīs sacensības bija ļoti saspringtas un pārsteigumiem bagātas. Lielākais pārsteigums bija tas, ka Latvijas Atklātajā čempionātā par pirmo vietu nācās sacensties Krievijas sportistam Anatolijam Zimovīnam ar mūsu pašu Agnesi Cauni. Pāršaudē gan Agnese piekāpās par diviem punktiem, sašaujot 20 mērķus, taču Krievijas sportistam noteikti nācās mazliet piepūlēties, lai iegūtu kāroto pirmo vietu. Par trešo vietu sūri un grūti cīkstējās Kārlis Strazdiņš ar diviem Igaunijas šāvējiem. Šoreiz ziemeļu temperaments igauņiem nepalīdzēja, jo Kārlis ar sašautiem 24 punktiem

pāršaudē, pārliecinoši pierādīja, ka latvieši gūs virsroku.

Latvijas Čempionāta kopvērtējums arī neiztika bez pārsteigumiem, proti, A grupā Agnese Caune ar savu šā gada sniegumu kopvērtējumā apsteidza kungus, izcīnot pirmo vietu ar 296,53 punktiem. Otrais palika Kārlis Strazdiņš ar 296,13 punktiem, bet trešais – Namejs Vinovskis ar 292,11 punktiem. Jācer, ka kungi neņems ļaunā lielisko Agneses sniegumu. B grupā nevienam neizdevās apsteigt Andi Anspoku, kurš pārliecinoši izcīnīja pirmo vietu.

Apsteidz Somiju un Lietuvu

No 25. līdz 26.septembra Viesaki šautuvē, Ērgļos tika noskaidroti labākiem sportinga šāvēji. Latvijas Atklātajā čempionātā sīvā cīņā pirmo vietu izcīnīja Ģirts Runnis, sašaujot 165 mērķus no 200, aiz sevis atstājot Somijas sportistu Petri Kokkonen ar 161 sašautu mērķi un Virgilijus Grūbe ar 160 mērķiem.

Arī par labāko rezultātu Latvijas Čempionāta kopvērtējumā A grupā varēja priecāties Ģirts Runnis, trīs

Latvijas Čempionāta
Compak Sportingā
kopvērtējumā A grupā
Agnese Caune ar savu šā
gada sniegumu apsteidza
kungus

sacensību summā iegūstot augstāko punktu skaitu. Otrais palika Agris Klimanovs, bet trešais – Edgars Galeckis. Agnese Caune kopvērtējumā izcīnīja augsto ceturto vietu. B grupā pārliecinošu uzvaru izcīnīja juniors Oskars Ķībermanis. Tagad ir pienācis laiks izvērtēt savus rezultātus un gatavoties jaunajai sezonai un sasniegumiem. Latvijas Sportinga federācija sveic uzvarētājus un novēl sportistiem lieliskus sasniegumus nākamajā sezonā.

Kas jāzina tiesnešiem?



Sacensību tiesāšana ir atbildīgs pienākums, tāpēc tautājam Lielbritānijas FITASC tehniskās komitejas vadītāju Hjū Smitu pēc galvenajiem nosacījumiem, kas jāievēro labam un kompetentam sacensību tiesnesim. Šeit uzskaitīti tie "baušļi", kas jāpatur prātā ikvienam tiesnesim.

- Jāpiemīt spējai draudzīgi un vienlīdzīgi izturēties pret klientiem (sacensību dalībniekiem).
- Ir jāsaprot, ko mērķu uzstādītāji vai šautuves apsaimniekotāji sagaida no šāvēja.
- Jābūt spējai pārliecinoši paskaidrot sacensību dalībniekam, kādēļ pieņemts tieši tāds lēmums, ja šāvējs uzdod jautājumus.
- Jābūt izpratnei par noteikumiem un prasībām.
- Jāprot kompetēti un droši apieties ar šāvēja šaujamieroci gadījumos, ja ir ieroča kļūme.
- Tiesnesim jāmak tiks galā ar kašķīgiem klientiem.
- Jāprot atšķirt tos sacensību dalībniekus, kas pirmo reizi piedalās šādā pasākumā, palīdzot tiem saprast, kas ir jādara, necitējot tiem noteikumus.
- Netērēt pārāk daudz laika, skaidrojot mērķu lidojumus.
- Jāģērbjas pieklājīgi, vīriešiem – ierasties uz sacensībām gludi skūtiem (bez rugājiem), tādējādi izrādot cieņu pret sacensību dalībniekiem.
- Jāizturas pret šāvējiem tā, kā vēlētos, lai izturas pret pašu.
- Jāuzrauga, lai tiktu ievērotas drošības prasības.
- Vienmēr jāierodas laikus pirms šāvējiem, lai pārbaudītu lidojumus un pienācīgi sagatavotos.
- Jāņem līdzi telefons vai rācija, lai sazinātos ar šautuves tehniskajiem darbiniekiem, ja gadās kāda ķibe.

Kas ir šaušanas simulācija sacensību laikā?

Noteikumu zināšana ne tikai atvieglos sportista dzīvi sacensību laikā, bet arī ļaus izvairīties no nepatīkamiem pārsteigumiem, kas var rasties vienkāršas nezināšanas dēļ.

Ja tiesnesis sacensību laikā kaut ko aizrāda, bet sportists īsti nesaprot, kur ir problēma, iespējams, tas ietekmēs ne tikai paša sportista rezultātu, bet var atstāt arī ietekmi uz pārējās komandas sniegumu, ja vēl šaušanas laikā izceļas diskusija un patiesības noskaidrošana.

Tā kā galvā grūti paturēt visas noteikumu nianšes, šoreiz mēģināsim izskaidrot, ko nozīmē šaušanas simulācija sacensību laikā.

FITASC noteikumi nosaka, ka šaušanas simulācija nekādā gadījumā nav šautuvē pieļaujama (izņemot īpašās šim mērķim paredzētās vietās). Par šaušanas simulāciju uzskata darbību, kad šāvējs iepleco ieroci un ar stobru velk līdz iedomātai mērķa trajektorijai. Par šaušanas simulāciju neuzskata darbību, ja sportists, velkot stobru pa iedomātu mērķa trajektoriju, ieroci nav ieplecojis.

Ja šāvējs pirms mērķa prasīšanas simulē šaušanu, jeb nejauši izšauj, tiesnesim jāreaģē, šāvējam izsakot brīdinājumu. Pēc pirmā brīdinājuma, šāvējam atkārtoti simulējot šaušanu, nākamais mērķis tiek izskaitīts kā "zero".

Šī prasība ir ieviesta tikai un vienīgi, lai rūpētos par šaušanas sacensību dalībnieku, kā arī skatītāju drošību.

Noteikumos arī iekļauts aizliegums sportistam savā šaušanas vietā pārbaudīt ieroča darbību. Ja tas nepieciešams, to var darīt īpašās šim nolūkam paredzētās vietās. Šajās vietās atļauts arī ieroci ieplecot un veikt šaušanas simulāciju. Šautuves personālam jā rūpējas par to, lai sacensību laikā sportistiem šādas vietas ir pieejamas, kā tas ir Viesaki šautuvē Ērgļos.

Šaušanas simulācija -
ierocha ieplecošana un
stobra vilkšana pa
iedomātu mērķa
trajektoriju.



ID DENTAL

ZOBĀRSTNIECĪBA

ZOBU TEHNIKA

Kvalitāte par pieņemamām cenām!

www.iddental.lv

Sieviete laikam ir emocionālāka būtne...

Tā ir sanācis, ka jau otro numuru pēc kārtas intervējam šāvēju dāmu, un ne jau tādēļ, ka kungi nebūtu mūsu uzmanības vērti! Šogad Agnese Caune Latvijas Atklātajā čempionāta Compak sportingā kopvērtējumā, apsteidzot visus kungus, kļuva par Latvijas čempioni!

Kā sāki šaut sportingu un cik ilgi jau to dari?

Vairis pat precīzi neatceros, bet varētu būt, ka 2000.gadā aizbraucu līdzi puīšiem uz rajona mednieku kolektīvu sacensībām, tur tad arī redzēju pirmo reizi, kā notiek šaušana pa šķīvīšiem. Toreiz tas gan bija apaļais stends un par sportingu es pat dzirdējuši nebiju.

Apstākļu sakrišana. Tajā laikā biju izlēmusi pārtraukt nopietnus treniņus biatlonā un bija iespēja pamēģināt šaušanu pa šķīvīšiem. Tad arī sākās! Kompānijas pēc sāku piedalīties mednieku sacensībās un šāvu gan pa šķīvīšiem, gan pa skrejošu vai stāvošu mežacūkas siluetu. Starp citu, laikam pateicoties pieredzei biatlonā (visus skolas gadus nopietni nodarbojos ar to), šaušana pa mežacūku man padēvēs labāk. Bet šaušana pa šķīvīšiem bija liels izaicinājums. Vispirms jau gribēju pierādīt pati sev, ka es varu tos šķīvīšus sašaut, un pēc tam tikai radās tas sacensību gars.

Jā precīzāk (izšķirstīju savu treniņu dienasgrāmatu, kas man ir kopš laikiem, kad nopietni nodarbojos ar biatlonu), tad manā treniņu dienasgrāmatā pirmais ieraksts par šaušanu pa šķīvīšiem parādās 2001.gada maijā. Tātad, ar šo sportu nodarbojos jau 9 gadus.

Bet par nopietnāku sākumu tieši sportingā uzskatu 2004.gadu, kad aizbraucām uz sacensībām ārpus Latvijas. Tad man radās apzināta vēlēšanās darīt visu, lai uzlabotu savas šaušanas prasmes.

Kas nepieciešams, lai kopvērtējumā izvrītos priekšā visiem labākajiem Latvijas šāvējiem-kungiem?

Es melotu, ja teiktu, ka nebiju par to sapņojis! Šīs sacensības (Latvijas Atklātais čempionāts Compak sportingā) un iegūtais rezultāts man bija kā kompensācija par neveiksmīgi aizvadīto sezonu.

Jā godīgi, tad 1.vietas iegūšana Latvijas kausa kopvērtējumā arī starp kungiem man pašai bija pārsteigums.



Smails pēc veiksmīgi sašautā mērķa sacensībās

Pavasari šāvu ļoti labi un likās, ka esmu gatava sezonai kā vēl nekad, bet tieši karstākajā un vajadzīgākajā laikā – uz Eiropas un Pasaules čempionātiem, mana šaušana bija zem katras kritikas. Jutos, kā no laivas izmesta.

Jauki, ka vismaz sezonas noslēgums izvērtās daudz patīkamāks!

Kas nepieciešams? Darbs, darbs un vēlreiz darbs. Darbs, ne tikai tiešā nozīmē, šaujot pa šķīvīšiem, bet arī darbs ar sevi. Jābūt uzstādītiem mērķiem un uzdevumiem, kā arī jābūt pārlicībai par savu varēšanu.

Ar Iru [Kirensku] mēs regulāri pasmejāmies par frāzi: „Ja esam kļuvušas par 1 gadu vecākas, tas nenozīmē, ka sāksim labāk šaut” - pie tā ir jāstrādā.

Kas notika pāršaudē ar krievu sportistu Anatoliju Zimovinu? Bija taču iespēja viņu pieveikt?

Iespējas uzvarēt mums abiem bija vienādas! Varu vainot tikai sevi, ka neizdarīju visu, ko vajadzēja. Jau pirms pāršaudes samierinājos ar to, ka arī 2.vieta taču ir labs rezultāts – tā bija mana lielākā kļūda un lūzuma punkts, tālāk jau zemapziņa padarīja savu darbiņu.

Kārtējo reizi pietrūka psiholoģiskās sagatavotības. Prieks par uzādīto rezultātu pamatsērijās, psiholoģiskā spriedze, pārāk liela vēlēšanās visu izdarīt perfekti, nogurums – tas viss traucēja koncentrēties.

Sieviete tomēr ir emocionālāka būtne par vīrieti, tāpēc laikam sanāca tā, kā sanāca.

Ko tu vēl gribētu sasniegt?

2006.gadā ieguvu 4.vietu Pasaules Compak sportinga čempionātā un toreiz ļoti tuvu stāvēju pjedestālam, bet ļoti jau gribas arī uz tā pjedestāla uzkāpt, un tieši Pasaules čempionātā.

Kas, tavuprāt, nepieciešams labam šāvējam?

Grūti uzreiz minēt konkrētas lietas, jo to ir ļoti daudz un par tām varētu runāt stundām ilgi. Manuprāt, labam šāvējam ir jābūt stipriem nerviem, labai fiziskajai sagatavotībai un jābūt pietiekoši gudram - izglītotam, lai to visu spētu (vēlēt) izmantot sistemātiskos un regulāros treniņos un sacensībās.

Pirmkārt, nervi jeb psiholoģiskā sagatavotība.

Tas ir pamatu pamats. Tev var būt ideāla fiziskā sagatavotība, tehniskā sagatavotība, vislabākais un perfektais ierocis, bet tam visam būs nulles vērtība, ja svarīgākajā brīdī kaut uz mirkli tavā darbībā ienāks šaubas vai pietrūks pārlicības.

Otrkārt, galva. Ir daudz jāzina – jālasa literatūra, jāskatās video, jāmacās no citiem... Jābūt neizslikstošai interesei par savu sportu, jāpēta tehnika, jāizvēlas piemērotākā apmācības metodika, jāuzstāda adekvāti mērķi un uzdevumi.

Treškārt, tā ir vēlēšanās. Vienmēr esmu teikusi, ja cilvēks kaut ko ļoti grib, viņš visu var. Ir jābūt pārlicībai par savām vēlmēm, par mērķiem un jābūt uzņēmībai, lai ietu un darītu, meklētu, neapstātos pie pirmajām grūtībām un neveiksmēm. Ceturtkārt, laba fiziskā sagatavotība un veselība. Lai arī šaušanu nevar salīdzināt ar skriešanu, taču fiziskajai sagatavotībai ir milzīga nozīme. Vispārzināms fakts, ka fiziskās aktivitātes uztur muskuļos tonusu, uzlabo vielmaiņu un galvenais – uzlabo smadzeņu apgādi ar skābekli, kas šaušanā ir svarīgi. Jo trenētāks sportists, jo mazāka iespējāmība kļūdīties noguruma dēļ.

Piektkārt, sistemātiskums un regularitāte. Ir jāapzinās un pareizi jānovērtē sava tehniskā un fiziskā sagatavotība. Jāsāk ar vienkāršāko un jāpāriet pie sarežģītāka. Jāpieturas pie regulāriem treniņiem (ja iespējams, kvalificēta speciālista vadībā).

Lai arī šaušanu nevar salīdzināt ar skriešanu, taču fiziskajai sagatavotībai ir milzīga nozīme.

Agnese Caune

Saņemts priekšlikums par sportistu grupu sadalījumu

Latvijas Sportinga federācija septembra beigās saņēma Anda Anspoka atklāto vēstuli, kurā tiek pausts viedoklis un idejas par esošo sistēmu, pēc kuras sportisti tiek iedalīti A un B grupās.

Šeit ir citāts no vēstules:

“Novēcojusi sistēma, rezultātu krāpšana un negodīga rīcība ir novedusi pie tā, ka daudzi sportisti nepiedalās sacensībās, jo viņiem nav iespējams konkurēt savas grupas ietvaros.

Šobrīd visi šāvēji tiek dalīti A un B grupās. A grupā dalībnieki startē, ja jebkad ir jebkādas federācijas sacensībās sasniedzis vismaz 2.sporta klasei atbilstošu rezultātu. 2.sporta klase tiek iegūta, sašaujot 65 mērķus no 100 Compak sporting disciplīnā, kas ir gaužām zems sliekšnis. Šobrīd, lai konkurētu ar pirmo piecinieku sacensībās, jāšaut vismaz 85 mērķi no 100. Šī milzīgā atšķirība rada situāciju, ka tie dalībnieki, kuri jebkad ir ieguvīši 2.sporta klasi, ir spiesti konkurēt ar sportistiem, kuri šauj ap 90 šķīvjiem. To mēs varam novērot arī sacensībās, kur B grupā piedalās līdz 5 dalībniekiem, pie tam lielākā daļa šogad sašāva 2.sporta klases normu, kas noved pie tā, ka

nākamgad viņi startēs A grupā, bet par konkurentiem viņus uzskatīt, diemžēl, nevar. Es personīgi zinu vairākus sportistus, kuri nepiedalījās šogad sacensībās tikai tādēļ, ka paši saprot, ka nevar konkurēt ar 20 labākajiem sportistiem, zaudējot sacensību garu un sacenšanās iespēju!”

Andis piedāvā šāvējus iedalīt trīs grupās – A, B un C, tādā veidā radot konkurenci katras grupas ietvaros.

Priekšlikums ir A grupā iekļaut sportistus, kuri šauj sporta meistara kandidāta līmenī un augstāk, B grupā - sportistus, kuri šauj 2. un 1.sporta klases līmenī, bet C grupā - visus pārējos.

Jāteic, ka Anda vēstule tika saņemta tieši laikā, jo LSpF jau kādu brīdi spriež par jaunas sistēmas ieviešanu, gatavojoties to darīt 2011.gadā. Jāsaka Andim liels paldies, jo viņš jau izdarījis daudz, izstrādājot kritērijus grupu sadalījumam. Andis piedāvā arī ”peldošā grupu noteikšanas sistēma”, kas liktu sportistiem cīnīties, lai neizkristu no savas grupas vai, lai iekļūtu augstākā grupā.

Par jaunumiem šajā jomā informēsim atsevišķi, bet augstu novērtēsim jebkādu viedokli par šo jautājumu.



Latvijas sportinga federācijas informatīvās avīzes 2.numurs ir klāt. Lai gan no sākuma, cerību vadīta, avīzes radošā komanda bija domājusi, ka avīze iznāks katru mēnesi, diemžēl dažādu apstākļu sakrītības dēļ 2.numuram bija mazliet jāpagaida. Tomēr, gaidīt bija ko. Aizvadīti taču Latvijas Čempionāta Compak sportinga un sportinga finālposmi, noskaidrojot šīs sezonas labākos sportistus.

Liels prieks ir par labajiem vārdiem, ko daudzi veltīja Informatīvās avīzes 1.numuram. Sporta entuziastu viedoklis ir ļoti no svara, jo tas palīdz veidot ne tikai avīzi, padarot to dzīvāku, bet arī ļauj smelties dažādas idejas, ar kuru palīdzību būtu iespējams uzlabot ikviena šaušanas prieku.

Esam tikai ceļa sākumā un jācer uz apkārtējo atbalstu un entuziasmu, virzoties pretī jauniem mērķiem. LSpF gaida jūsu atsauksmes un idejas. Klusa sašutuma paušana pie galda nedos rezultātus. Vajadzīga aktīva iesaistīšanās, lai novērstu tās lietas, kas šķiet traucējošas. Šis nav laiks, lai gaidītu, ka kāds kaut ko darīs jūsu labā, jo tas nenotiks.

Cerot uz atsauktību, Haralds Barviks.



Kontakti

Latvijas Sportinga Federācija
Biroja adrese:

Skanstes ielā 13, korpuss 4,
LV-1013

Tālrunis: +371 67371124

Mob. tālrunis: +371 29269529

fakss: +371 67371124

e-pasts: info@sporting.lv

Redaktors: Linda Dombrovska

e-pasts: linda@sporting.lv

Tālrunis: 29415834

Suņu barība Baileys

- veselīgi, presēti gabaliņi ar cāļa gaļu
- barība piemērota visu suņu šķirnēm
- 1 maiss - 15 kg

Cena Ls 16,49

E-pasts: baileys@zircgam.lv

