खिजीदेम्बा गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय
शिक्षा तथा युवा, खेलकुद शाखा
खिजीफलाटे, ओखलढुंगा
२०७३

पत्र संख्या : २०७६/०७७ | १ न. प्रदेश, नेपाल
चलानी नं. : | मिति :- २०७६/११/०६

विषय : दोश्रो राष्ट्रिपति रनिङ शिल्डमा सहभागी हुने बारे ।

श्री माध्यमिक विद्यालय सबै
खिजीदेम्बा गाउँपालिका
ओखलढुङ्गा

प्रस्तुत विषयमा श्री खिजीदेम्बा गाउँपालिकाबाट मिति २०७६ फाल्गुन २१, २२ र २३ गते सञ्चालन हुने दोश्रो राष्ट्रपति रनिङ शिल्ड प्रतियोगितामा तपशलिमा उल्लेखित नियम एवं प्रक्रिया अनुसार अनिवार्य रुपमा सहभागी हुन अनुरोध छ ।

<u>तपशिल</u>

१. खेल सञ्चालन मिति २०७६ फाल्गुन २१ गते विहान १०:०० बजेबाट खिजीदेम्बा गापा वार्ड नं.-५ स्थित बोफ्रेटार खेल मैदानमा हुनेछ ।
२. सहभागी खेलाडीहरुको नाम उनीहरु सहभागी हुने खेल समेत तोकी विद्यालयको आधिकारिक पत्र सहित मिति २०७६ फाल्गुन २० गते ४:०० बजेभित्र खिजेदेम्बा गापाको कार्यालयमा दर्ता गराई सक्नुपर्नेछ । पत्रको साथमा सहभागी हुने खेलाडीहरुको परिचय पत्रको छाँयाकपी अनिवार्य रुपमा पेश गर्नु पर्नेछ । खेलको समयमा विद्यार्थी परिचय पत्र अनिवार्य हुनु पर्नेछ ।
३. खेलाडी शैक्षिक सत्र २०७६ मा कक्षा १२ सम्म अध्ययनरत र १८ बर्ष भन्दा मुनिको हुनुपर्ने छ ।
४. खेल अवधिभर खान बस्नको व्यवस्था विद्यालयले गर्नुपर्ने छ.
५. विद्यालयबाट कम्तिमा एक जना खेलकुद शिक्षक प्रतिनिधिको रुपमा उपस्थित हुनुपर्नेछ ।
६. खेल अवधिमा विद्यालयका सम्पुर्ण शिक्षक तथा विद्यार्थीहरु विद्यालय पोशाकमा उपस्थित हुनुपर्नेछ ।
७. प्रतियोगितामा तपशिलका खेलहरु समावेश गरिनेछ ।

खेलकुद इभेन्टसहरुः-

खिजीदेम्वा गाउँपालिकाले आयोजन गर्ने दोश्रो राष्ट्पति रनिङ शिल्ड खेलकुद प्रतियोगिता कार्यक्रम २०७६ का लागि तपशिल बमोजिमका खेलकुद इभेन्टसहरु राखिने छ ।

खेलहरु :

१) छात्रा तथा छात्र भलिबल

<u>खेलका नियमहरुः-</u>

- भलिबल खेल गाउँपालिका स्तरीय अन्तर विद्यालय प्रतियोगिताको रुपमा खेलाईने छ ।
- खेल FIVB नियमानुसार खेलाईने छ ।
- टिममा १ खेल शिक्षक सहित १० जना हुनु पर्ने छ ।

इमेल : khijeedembarm2073@gmail.com
Phone No. 9748642789

- खेलाडीहरु विद्यालयमा अध्ययनरत विद्यार्थीहरु मात्र हुनु पर्ने छ । उक्त कुरा खुल्ने आधिकारिका प्रमाण प्र.अ.ले प्रमाणित गरेको हुनु पर्ने छ ।
- खेलाडीहरु खेल पोषाकमा सहभागी भएको हुनुपर्नेछ ।
- खेल लिककम नक आउटको आधारमा खेलाईने छ ।
- सेमिफाइनल र फाइनलको खेल बाहेक सम्पूर्ण खेलहरु बेष्ट अफ थ्रीमा खेलाईने छ ।
- खेलका क्रममा कुनै विवाद भएमा निर्णयक मण्डल र आयोजकको निर्णय नै अन्तिम हुनेछ ।
- टिम दर्ता मिति २०७६ साल फागुन २० गते बेलुका ४ बजे भित्र गरि सक्नु पर्ने छ ।
- टिम दर्ता गर्न कुनै शुल्क लाग्ने छैन ।
- खाना र बस्नको व्यवस्था विद्यालय आफैले गर्नु पर्ने छ ।

२) एथ्लेटिक्स

क) दौड (ट्र्याक) तर्फ

छात्रा छात्र १०० मि. ,२०० मि, ४०० मि र ४×१०० मि. रिले दौड

खेलको नियमहरु:-

- दौड जिल्ला स्तरीय खुल्ला प्रतियोगिता अनुसार खेलाईने छ ।
- प्रत्येक विद्यालयबाट १ छात्रा र १ छात्र गरि २ जना धावक हुनु पर्ने छ ।
- दौडको क्रममा कुनै धावक घाइते भएमा आयोजक जवाफदेही हुने छैन ।
- नाम दर्ता मिति २०७६ साल फागुन २० गते ४ बजे भित्र गरि सक्नु पर्ने छ ।
- नाम दर्ता गर्न कुनै शुल्क लाग्ने छैन ।
- खाना र बस्नको व्यवस्था विद्यालय आफैले गर्नु पर्ने छ ।

ख) उफ्रने र फ्याक्ने (फिल्ड) तर्फ

छात्र : हाईजम्प, लङजम्प, त्रिपलजम्प, ज्याभलिङ थ्रो ८०० ग्राम, सटफुट १२ पाउण्ड ।
छात्रा : हाईजम्प, लङजम्प, त्रिपलजम्प, ज्याभलिङ थ्रो ६०० ग्राम, सटफुट ८ पाउण्ड ।

खेलको नियमहरु:-

- हाईजम्प, लङजम्प, त्रिपलजम्प, ज्याभलिङ थ्रो, सटफुट इभेन्टसहरु जिल्ला स्तरीय खुल्ला प्रतियोगिता अनुसार खेलाईने छ ।
- प्रत्येक इभेन्टसका लागि विद्यालयबाट १ छात्रा र १ छात्र हुनु पर्ने छ ।
- खेलका क्रममा कुनै खेलाडी घाइते भएमा आयोजक जवाफदेही हुने छैन ।
- नाम दर्ता मिति २०७६ साल फागुन २० गते बेलुका ४ बजे भित्र गरि सक्नु पर्ने छ ।
- नाम दर्ता गर्न कुनै शुल्क लाग्ने छैन ।

इमेल : khijeedembarm2073@gmail.com
Phone No. 9748642789

➢ खाना र बस्नको व्यवस्था विद्यालय आफैले गर्नु पर्ने छ।

पुरस्कार

प्रथम, द्धितिय र तृतिय हुने खेलाडीलाई मेडल र प्रमाण पत्र प्रदान गरिने छ।

८. खेलाडीहरु नम्वर अंकित जर्सीमा र खेलकुद शिक्षक खेल पोशाकमा उपस्थित हुनु पर्नेछ।
९. खेलाडी एक फिल्ड २ ट्र्याक वा १ ट्र्याक २ फिलडको नियम अनुसार खेलमा सहभागी हुन पाउनेछन्।
१०. पुरस्कार राशि निम्नानुसार तोकिएको छ।
   १. **प्रथम** : २०,०००।
   २. **द्धितिय** : १५०००।
   ३. **तृतीय** : १००००।
   ४. **सान्त्वना** : ५०००।

उत्कृष्ट खेलाडी २ जनालाई प्रति खेलाडी १०००। का दरले र सवै खेलमा सहभागी हुने विद्यालयलाई सहभागीता वापत रु.१००००। अघिल्लो वर्षको नतिजाको आधारमा पुरस्कार प्रदान गरिनेछ।

(निर कुमार बस्नेत)
शिक्षा शाखा प्रमुख