

СОГЛАСОВАНО  
Директор ГБУДО ДДТ  
«Оранисбаум»

Е.М. Лукашина

«\_\_\_» октября 2018 года



УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГБОУ гимназии № 426  
Санкт-Петербурга

Е.А. Стогова

«\_\_\_» октября 2018 года



## ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении районных спортивных соревнований  
«Папа, мама, я – спортивная семья» между командами ОДОД и ШСК образовательных  
учреждений Петродворцового района Санкт-Петербурга

2018 год

## 1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Организаторами районных спортивных соревнований «Папа, мама, я – спортивная семья» между командами ОДОД и ШСК образовательных учреждений Петродворцового района Санкт-Петербурга «Папа, мама, я – спортивная семья» являются Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования Дом детского творчества Петродворцового района Санкт-Петербурга «Ораниенбаум» и Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение гимназия № 426 Петродворцового района Санкт-Петербурга.

**Цель соревнований:** пропаганда здорового образа жизни путем привлечения семьи к активной форме семейного отдыха.

**Задачи соревнований:**

- популяризация спортивных соревнований для детей младшего школьного возраста;
- повышения уровня жизненной активности населения;
- пропаганды семейных ценностей;
- расширение эмоциональных контактов родителей с детьми;
- воспитание толерантных отношений в семье;
- привлечение населения к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

## 2. СРОКИ, МЕСТО И ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

**Соревнования проводятся в два этапа:**

**I этап – отборочный.** Проводится в ОДОД и ШСК образовательных учреждений Петродворцового района. По итогам лучшая команда выходит на районный этап соревнований. На районный этап соревнований «Папа, мама, я – спортивная семья» принимаются заявки на 1 команду от 1-го образовательного учреждения. Заявки подаются в ГБОУ гимназию № 426 Санкт-Петербурга.

**II этап – районный.** Проводится 8 ноября 2018 г. В 17:00 по адресу: Санкт-Петербург, Ломоносов, ул. Владимирская, д. 28-А., спортивный зал.

**Начало регистрации команд в 16:30.**

**Начало соревнований в 17:00.**

## 3. УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ

**К соревнованиям допускается 1 команда от образовательного учреждения Петродворцового района Санкт-Петербурга.**

**Состав команды 3 человека - папа, мама и 1 ребенок от 7 до 11 лет.**

Команда несет ответственность за своевременную явку на соревнования, дисциплину участников и поддержание порядка во время соревнований.

Каждой команде нужно иметь название, капитана команды (любой член семьи), девиз (представление команды – 30-60 сек.).

## 4. ЭКИПИРОВКА УЧАСТНИКОВ

**Все участники соревнований должны быть экипированы в спортивную одежду и обувь. Участник не должен использовать экипировку или одевать на себя то, что представляет опасность для него самого или для другого участника соревнований. Каждой команде нужно иметь единую спортивную форму.**

## **5. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ СОРЕВНОВАНИЯ**

Место проведения соревнований отвечает требованиям соответствующих нормативных правовых актов, действующих на территории Российской Федерации по обеспечению общественного порядка и безопасности участников и зрителей.

Акт готовности спортивного сооружения к проведению спортивных мероприятий, утвержден в установленном порядке.

Медицинское обеспечение соревнований среди команд ОДОД и ШСК района осуществляет медицинский работник гимназии, на базе которой проводятся соревнования.

Все участники соревнований должны быть застрахованы от несчастного случая установленным порядком.

## **6. СИСТЕМА РОЗЫГРЫША**

**Система розыгрыша соревнований определится после подтверждения участия команд в соревнованиях членами жюри.**

## **7. РУКОВОДСТВО И ОРГАНИЗАЦИЯ СОРЕВНОВАНИЙ**

1. Общее руководство проведением соревнований осуществляется Администрацией и педагогом-организатором ШСК ГБОУ гимназии № 426 Санкт-Петербурга.

2. Непосредственная организация и проведение школьного этапа соревнований возлагается на педагога-организатора ШСК и учителей физической культуры, а также на образовательное учреждение и организацию, отвечающую за проведение соревнования.

3. Школьный этап соревнований «Папа, мама, я – спортивная семья» организуют и проводят администрации образовательных учреждений Петродворцового района, руководители ОДОД и ШСК, а также лица, ответственные за организацию спортивно-массовой работы в образовательных учреждениях.

4. Для проведения соревнований и определения победителей и призеров создаётся жюри.

5. Администрация гимназии координирует деятельность учителей физической культуры и педагогов-организаторов ШСК по проведению школьного этапа соревнований «Папа, мама, я – спортивная семья».

6. Администрация гимназии и организатор ШСК осуществляют контроль за проведением соревнований в ГБОУ гимназии № 426 Санкт-Петербурга.

## **8. ПРОВЕДЕНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ**

### **1. Программа отборочного - I этапа соревнований**

Время и место проведения определяется образовательным учреждением. *(Приложение 1)*

### **2. Программа районного -II этапа соревнований**

*(Приложение 2)*

### **3. Порядок определения победителей в общекомандном зачете**

3.1. Места в эстафетах определяются по времени или лучшему результату, показанному командами в эстафете (конкурсе). Общее место определяется по наименьшей сумме мест, показанной командой во всех эстафетах. Если команды наберут одинаковое количество мест, то предпочтение отдается команде, показавшей лучшее время в комбинированной эстафете.

3.2. Каждый конкурс оценивается по 3-х бальной системе. 1 место (лучшее время) равно 3 балла, 2 место - 2 балла, 3 место - 1 балл, остальные места по 0.5 балла.

3.3. Также, жюри в своей работе руководствуются следующими критериями:

- Содержание, оригинальность, остроумие, ловкость, юмор.

- Культура дружеских отношений, тактичность и доброжелательность.
- Преемственность поколений, отраженная в визитных карточках участников.
- Присутствие болельщиков на районном этапе соревнований.

Для подведения результатов по каждому этапу соревнований организаторы создают жюри в количестве не менее 5 человек, в которое входят учредители и организаторы соревнований.

#### **4. Награждение победителей соревнований**

1. Победившая команда награждается грамотой и кубком
2. Призеры награждаются грамотами и сладкими призами.
3. Семьи награждаются по номинациям:
  - «Самая сплоченная семья»
  - «Самая волевая семья»
  - «Самая быстрая, ловкая семья»
  - «Лучшая спортивная семья»
  - «Самая дружная семья» и другие

Результаты проведения соревнований являются окончательными и не подлежат пересмотру.

## **9. УСЛОВИЯ ПОДАЧИ И ПРИЕМА ЗАЯВОК**

1. Заявки на участие в районных соревнованиях «Папа, мама, я – спортивная семья» подаются организатору по электронной почте [school426-spb@yandex.ru](mailto:school426-spb@yandex.ru) до 30 октября 2018года. (Приложение 3)

Контактное лицо: Светлана Сергеевна Внукова

Тел: 89210980468.

В день соревнования при регистрации участники предоставляют организаторам следующие документы:

- страховые полисы от несчастного случая;
- заявку, заверенную руководителем образовательного учреждения.

**Команды с неполным пакетом документов к соревнованиям не допускаются!**

## 1. Программа отборочного (школьного) этапа соревнований

Время и место проведения определяется образовательным учреждением.

1. Построение
2. Приветствие команд и членов жюри. Визитная карточка команд.
3. Разминка
4. Эстафеты

### Эстафеты

#### А. «Сквозь тоннель»

Игрок № 1 (ребенок) проходит через тоннели, оббегает стойку, возвращается по прямой назад, передает эстафетную палочку игроку №2 (маме) и т.д. Побеждает команда, которая быстрее выполнит задание.

Штрафные баллы:

- участник начал эстафету раньше времени;
- участник не оббежал стойку.

*Инвентарь:* эстафетная палочка, стойка, тоннели

#### Б. «Болото»

Игрок № 1 (папа) начинает движение с двумя обручами в руке. По команде ведущего, папа должен занять одну «кочку», а свободным обручем прокладывать путь вперед. Игрок передвигается по «кочкам» до поворотной стойки, обходит ее и возвращается по «кочкам» на старт. Передает обруч игроку № 2 (маме), эстафета продолжается и т.д. Побеждает команда, которая быстрее выполнит задание.

Штрафные баллы:

- участник не обошли поворотную стойку;
- участники начинают эстафету раньше;
- участник вышел за пределы обруча.

*Инвентарь:* обручи малые, стойка.

#### В. «Битва мячей»

Задача команды перебросить все мячи на поле команды соперников. Побеждает та команда, на поле которых не осталось ни одного мяча. Игра продолжается до 5 побед.

Штрафные баллы:

- участники начинают эстафету раньше;
- участники зашли на поле соперника;

*Инвентарь:* Надувные мячи (шары)

#### Г. «Богатыри»

Папы произвольно размещаются по площадке. У каждого гирия весом 16 кг. Выигрывает тот, кто за 30 сек поднимет гирию большее количество раз. У каждого участника должен быть судья.

Штрафные баллы:

- не полностью поднимает гирию.

*Инвентарь:* гири весом 16 кг

#### Д. «Дружная семейка»

Все участники финальной эстафеты стоят на старте с воздушными шарами на маленькой веревочке.

По команде судьи, игрок № 1 (ребенок) бежит с воздушным шариком к обручу, привязывает его и возвращается на старт. Продолжает эстафету игрок №2 (мама) и т.д. После того, как команда привяжет все воздушные шары к обручу, на линии старта все берутся за руки. Папа, мама и ребенок, бегут к большому обручу, с воздушными шариками, берутся за обруч и не теряя шары, бегут к финишу.

Примечание: в случае, если шарик отвязался, его следует привязать к обручу и продолжить эстафету.

Штрафные баллы:

- участники раньше начинают эстафету;

*Инвентарь*: воздушные шары, стойка

#### Е. «Конкурс капитанов»

В конкурсе участвуют только капитаны. Вдоль зала натянута веревка, задача капитанов пройти на другую сторону зала не задевая веревку, с завязанными глазами.

Штрафные баллы:

- участники задели веревку;

- сняли повязки с глаз.

*Инвентарь*: повязка на глаза, веревка

#### Ж. «Мяч в игре»

Парная эстафета. Игрок № 1 (мама) и игрок № 2 (ребенок) по сигналу ведущего кладут мяч между палок, встают по обе стороны и несут мяч до оборотной стойки, возвращаются обратно. Продолжают эстафету игрок № 2 и игрок № 3 (папа)

Примечание: при падении мяча, продолжение эстафеты начинается с места падения.

Штрафные баллы:

- участники начали эстафету раньше;

- падение мяча;

- не обошли поворотную стойку.

*Инвентарь*: стойка, палки, мячи

#### З. «В тесноте, да не в обиде»

Игрок № 1 (мама) и игрок № 2 (папа) залезают «Командные штаны». По сигналу судьи, команда в «штанах» начинает двигаться до стойки с ведением баскетбольного мяча, оббежав стойку возвращаются на старт. Эстафета считается законченной, после того, как мама и папа поднимут вверх ребенка с баскетбольным мячом в руке.

Штрафные баллы:

- участники раньше начинают эстафету;

- не полностью обегает отметку;

- Не полностью одет мешок (ноги должны быть в мешке);

- выход из мешка на дистанции

*Инвентарь*: командные штаны, стойки

#### К. «Микс»

Комбинированная эстафета

Вся семья строится в колонну по одному за общей линией старта. Впереди - ребенок, за ним мама, замыкает колонну папа. Перед каждой колонной в 12 м от линии старта установлена поворотная стойка. Эстафета проводится по этапам:

Ведение баскетбольного мяча зигзагом между отметками - папа;

Бег в гигантских кедах - мама;

Бег на руках – папа и ребенок;

Бег с теннисным шариком в ложке на расстоянии – мама;

Бег с зажатым в коленях мячом – 1 ребенок;

Побеждает семья, которая раньше всех закончит эстафеты.

Штрафные баллы:

- участник начал эстафету раньше

-выронил мяч и продолжил эстафету не с места падения мяча

*Инвентарь:* футбольный мяч, баскетбольный мяч, гигантские кеды, ложка, теннисный мячик

5.Подведение итогов.

6.Награждение.

## Программа районных соревнований

Время и место проведения определяется образовательным учреждением.

1. Построение
2. Приветствие команд и членов жюри. Визитная карточка команд.
3. Разминка
4. Эстафеты

### Эстафеты

#### А. «Сквозь тоннель»

Игрок № 1 (ребенок) проходит через тоннели, оббегает стойку, возвращается по прямой назад, передает эстафетную палочку игроку №2 (маме) и т.д. Побеждает команда, которая быстрее выполнит задание.

Штрафные баллы:

- участник начал эстафету раньше времени;
- участник не оббежал стойку.

*Инвентарь:* эстафетная палочка, стойка, тоннели

#### Б. «Болото»

Игрок № 1 (папа) начинает движение с двумя обручами в руке. По команде ведущего, папа должен занять одну «кочку», а свободным обручем прокладывать путь вперед. Игрок передвигается по «кочкам» до поворотной стойки, обходит ее и возвращается по «кочкам» на старт. Передает обруч игроку № 2 (маме), эстафета продолжается и т.д. Побеждает команда, которая быстрее выполнит задание.

Штрафные баллы:

- участник не обошли поворотную стойку;
- участники начинают эстафету раньше;
- участник вышел за пределы обруча.

*Инвентарь:* обручи малые, стойка.

#### В. «Битва мячей»

Задача команды перебросить все мячи на поле команды соперников. Побеждает та команда, на поле которых не осталось ни одного мяча. Игра продолжается до 5 побед.

Штрафные баллы:

- участники начинают эстафету раньше;
- участники зашли на поле соперника;

*Инвентарь:* Надувные мячи (шары)

#### Г. «Богатыри»

Папы произвольно размещаются по площадке. У каждого гиря весом 16 кг. Выигрывает тот, кто за 30 сек поднимет гирю большее количество раз. У каждого участника должен быть судья.

Штрафные баллы:

- не полностью поднимает гирю.

*Инвентарь:* гири весом 16 кг

#### Д. «Дружная семейка»



Все участники финальной эстафеты стоят на старте с воздушными шарами на маленькой веревочке.

По команде судьи, игрок № 1 (ребенок) бежит с воздушным шариком к обручу, привязывает его и возвращается на старт. Продолжает эстафету игрок №2 (мама) и т.д. После того, как команда привяжет все воздушные шары к обручу, на линии старта все берутся за руки. Папа, мама и ребенок, бегут к большому обручу, с воздушными шариками, берутся за обруч и не теряя шары, бегут к финишу.

Примечание: в случае, если шарик отвязался, его следует привязать к обручу и продолжить эстафету.

Штрафные баллы:

- участники раньше начинают эстафету;

*Инвентарь:* воздушные шары, стойка

#### Е. «Конкурс капитанов»

В конкурсе участвуют только капитаны. Вдоль зала натянута веревка, задача капитанов пройти на другую сторону зала не задевая веревку, с завязанными глазами.

Штрафные баллы:

- участники задели веревку;

- сняли повязки с глаз.

*Инвентарь:* повязка на глаза, веревка

#### Ж. «Мяч в игре»

Парная эстафета. Игрок № 1 (мама) и игрок № 2 (ребенок) по сигналу ведущего кладут мяч между палок, встают по обе стороны и несут мяч до оборотной стойки, возвращаются обратно. Продолжают эстафету игрок № 2 и игрок № 3 (папа)

Примечание: при падении мяча, продолжение эстафеты начинается с места падения.

Штрафные баллы:

-участники начали эстафету раньше;

-падение мяча;

-не обошли поворотную стойку.

*Инвентарь:* стойка, палки, мячи

#### З. «В тесноте, да не в обиде»

Игрок № 1 (мама) и игрок № 2 (папа) залезают «Командные штаны». По сигналу судьи, команда в «штанах» начинает двигаться до стойки с ведением баскетбольного мяча, оббежав стойку возвращаются на старт. Эстафета считается законченной, после того, как мама и папа поднимут вверх ребенка с баскетбольным мячом в руке.

Штрафные баллы:

- участники раньше начинают эстафету;

- не полностью обегает отметку;

- Не полностью одет мешок (ноги должны быть в мешке);

- выход из мешка на дистанции

*Инвентарь:* командные штаны, стойки

#### К. «Микс»

Комбинированная эстафета

Вся семья строится в колонну по одному за общей линией старта. Впереди - ребенок, за ним мама, замыкает колонну папа. Перед каждой колонной в 12 м от линии старта установлена поворотная стойка. Эстафета проводится по этапам:

Ведение баскетбольного мяча зигзагом между отметками - папа;  
Бег в гигантских кедах - мама;  
Бег на руках – папа и ребенок;  
Бег с теннисным шариком в ложке на расстоянии – мама;  
Бег с зажатым в коленях мячом – 1 ребенок;  
Побеждает семья, которая раньше всех закончит эстафеты.

Штрафные баллы:

- участник начал эстафету раньше

-выронил мяч и продолжил эстафету не с места падения мяча

*Инвентарь:* футбольный мяч, баскетбольный мяч, гигантские кеды, ложка, теннисный мячик

5.Подведение итогов.

6.Награждение.

Заявка на районные соревнования  
«Папа, мама, я – спортивная семья»

№ п/п	Ф.И.О. участников	Дата рождения	Класс / Место работы
1			
2			
3			

Образовательное учреждение \_\_\_\_\_

Контактное лицо и номер телефона \_\_\_\_\_

Название команды \_\_\_\_\_

Контактный телефон участников \_\_\_\_\_

Семейное хобби \_\_\_\_\_

Директор ГБОУ \_\_\_\_\_  
(Ф.И.О., подпись)

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2018 г.

печать