

«УТВЕРЖДАЮ»

Председатель комитета по  
физической культуре, спорту и  
туризму города Орска



С.Н. Ротмистров

2022 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Начальник управления  
образования администрации  
г. Орска



С.В. Маслова

2022 г.

## ПОЛОЖЕНИЕ

### О проведение городского конкурса семейных команд «Папа, мама, я – спортивная семья» в 2022 году

#### I. Цели и задачи

Соревнования городского конкурса семейных команд «Папа, мама, я – спортивная семья» (далее – Конкурс) проводятся в целях: активного использования средств физической культуры и спорта для организации семейного досуга, пропаганды здорового образа жизни, привлечения к активным занятиям физической культурой и спортом детей дошкольного возраста города Орска.

#### II. Место и время проведения

Конкурс проводится в три этапа:

I этап – соревнования, организованные в образовательных организациях с 6.04.2022 по 15.04.2022 г.).

II этап – районные соревнования семейных команд (22.04.2022 г.):

- Ленинский район - школа № 6, в 15.00 час.
- Октябрьский район - школа № 52, в 15.00 час.
- Советский район - СШ «Юность», в 10.00 час.

III этап - городские соревнования семейных команд (29.04.2022 г.).

Городские соревнования третьего этапа Конкура проводятся в г. Орске 29 апреля 2022 года в 10.00 в МАУ «СШ «Авангард» г. Орска, (спортивный комплекс «Дельфин») по адресу: г. Орск, ул. Станиславского, д. 52 ж.

#### III. Руководство организацией и проведением

Общее руководство организацией и проведением Конкура осуществляет оргкомитет, в состав которого входят представители управления образования г. Орска, комитета по физической культуре, спорту и туризму города Орска.

Непосредственное проведение Конкура возлагается на судейскую коллегию.

#### IV. Участники

К участию в соревнованиях допускаются семейные команды (папа, мама и ребёнок дошкольного возраста (6-7 лет), имеющие допуск врача.

К участию во втором этапе Конкурса допускаются команды, занявшие призовые места в соревнованиях, организованных в образовательных организациях.

К участию в третьем этапе Конкурса допускаются команды, занявшие призовые места в районных соревнованиях.

#### **V. Программа соревнований (городского этапа)**

Городские соревнования проводятся 29 апреля 2022 г.

9.50 – регистрация команд, жеребьёвка

10.00 – парад участников соревнований

10.10 – Представление команд «Визитная карточка» (Приложение № 1)

10.20 - «Весёлые старты» (Приложение № 2).

#### **VI. Условие определения победителей, награждение**

Победители и призёры Курса определяются по наименьшей сумме мест - очков, набранных семейной командой в каждой эстафете. В случае равенства суммы мест – очков у нескольких команд, победитель определяется по количеству 1, 2, 3 и т. д. мест.

Семейные команды, принявшие участие в Конкурсе награждаются грамотами и призами.

Семейные команды, занявшие 1-3 места награждаются кубками, медалями, грамотами и призами.

#### **VII. Финансовые расходы**

Расходы, связанные с проведением Конкурса осуществляются за счет финансовой поддержки ДОУ, в размере 500 руб., которые будут потрачены на приобретение наградных материалов для участников и победителей конкурса (грамоты, медали, кубки).

#### **VIII. Заявки**

Заявки семейных команд на участие в **районном** Конкурсе подаются до 18.04.2022 г. в оргкомитет на эл. почту ([axy7574@mail.ru](mailto:axy7574@mail.ru)).

Заявки семейных команд на участие в **городском** Конкурсе подаются до 25.04.2022 г. в оргкомитет на эл. почту ([axy7574@mail.ru](mailto:axy7574@mail.ru)).

**Визитная карточка «Мы дружная семья»:**

В представлении команды участвует вся семейная команда. Команда представляет название и девиз.

**Длительность представления не более 1 минуты.**

Приложение № 2

**Условия проведения соревнований «Веселые старты»**

- 1. «Лягушка путешественница».** Папа и мама берут гимнастическую палку и кладут себе на плечи, ребёнок берётся за палку руками, поджимает ноги и таким образом оказывается «лягушкой - путешественницей». По сигналу они бегут между стоек змейкой до поворотного флажка оббегают его, ребёнок отцепляется от палки и все вместе возвращаются обратно.
- 2. «Догони меня».** Папа, зажав мяч между коленями, прыжками перемещается от линии старта до обруча, кладет в обруч мяч, берет фитбол, возвращается к команде и передает фитбол маме. Мама, прыгает на фитболе до обруча, кладет в обруч фитбол, берет скакалку, возвращается к команде и передает скакалку ребенку. Ребенок прыгает через скакалку до обруча, кладет её и возвращается бегом в команду. Передачу инвентаря производить точно на линии старта.
- 3. «Кенгуру».** Папа с мамой держат ребенка за обе руки, ребенок прыгает из обруча в обруч на двух ногах. Взявшись за руки, семья добегают до флажка, у которого берёт 4 кегли так, чтобы у всех в руках было по две (ребёнок в середине) и бегут обратно.
- 4. «Баба - Яга».** У каждой команды по обручу и палке. Один из участников встаёт одной ногой в обруч, другая остаётся на земле, одной рукой он держит обруч, другой палку. В таком положении ему необходимо оббежать флажок поменять ногу в обруче и вернуться обратно к старту, передать эстафету следующему участнику. Финиш фиксируется по 3-ему участнику. Прыгать на одной ноге не допускается.
- 5. «Эстафета с мячами».** Первыми начинают папы: обводят ногами футбольный мяч между стойками «змейкой» до отметки, руками забрасывают мяч в обруч и возвращаются «змейкой» обратно. Вторыми продолжают мамы: выполняют подбивание вверх волейбольного мяча

проходя между стойками «змейкой» до отметки, забрасывают мяч в обруч и возвращаются «змейкой» обратно. Третьими бегут дети: ведут баскетбольный мяч (*так же обвести стойки*) до отметки, забрасывают в обруч и по прямой финишируют.

**6. «Ловкая семейка».** Семья преодолевает дистанцию прыжками через скакалку взявшись за руки, ребенок - в центре. Родители вращают скакалку дальше от ребенка рукой. Семья передвигается вперед до фишки. За фишкой оставляют скакалку, берут обруч и возвращаются вместе в обруче.

**Определение победителей:** Выигрывает тот, кто быстрее закончит дистанцию.

Приложение № 3

В оргкомитет Конкурса семейных команд  
«Папа, мама и я – спортивная семья»  
от МДОАУ «Детский сад» № \_\_\_\_\_

Адрес \_\_\_\_\_  
e-mail \_\_\_\_\_  
контактный телефон \_\_\_\_\_

**ИМЕННАЯ ЗАЯВКА**  
**на участие в соревнованиях**

Просим допустить к участию в соревнованиях команду \_\_\_\_\_ в  
следующем составе:

(название команды)

п/п	ФАМИЛИЯ ИМЯ ОТЧЕСТВО УЧАСТНИКА (ПОЛНОСТЬЮ)	ДАТА рождения	МЕДИЦИНСКИЙ ДОПУСК слово "ДОПУЩЕН" подпись и печать врача напротив каждого участника
1.			
2.			
3.			

Всего допущено к соревнованиям \_\_\_\_\_ человек.

мед. сестра \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /  
подпись / расшифровка подписи

Представитель команды \_\_\_\_\_  
ФИО полностью, домашний адрес, телефон, @-mail

«С правилами техники безопасности ознакомлен».

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /  
подпись представителя / расшифровка подписи

Капитан \_\_\_\_\_ команды  
(ребенок) \_\_\_\_\_

ФИО полностью, домашний адрес, телефон, @- mail

Руководитель ОО \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_  
Печать ОО \_\_\_\_\_