

«УТВЕРЖДАЮ»

Глава администрации

Орджоникидзевского района

Е.В.Карабатов

«_____» _____ 2024 г.



ПОЛОЖЕНИЕ
о проведении районного спортивного праздника
«Спортивная семья!»

Цели и задачи:

- пропаганда здорового образа жизни;
- активное использование физической культуры и спорта в организации досуга семей;
- расширение и углубление знаний, умений и навыков в области физической культуры.

Время и место проведения:

7 апреля 2024 г. в 12.00 часов в МАУ ДО ДЮЦ «Фаворит», по адресу:
г. Пермь, ул. Щербакова, 44.

Регистрация участников с 11.00 до 11.45.

Руководство:

Общее руководство организацией и проведением спортивного праздника осуществляет администрация Орджоникидзевского района, непосредственное проведение возлагается на МАУ ДО ДЮЦ «Фаворит».

Главный судья – Суляев А.Б

Секретарь – Беляева Е.Ф.

Участники:

В соревнованиях принимают участие семейные команды в следующих группах:

- **1 группа – семья из трех человек (папа, мама, ребенок 6-7 лет)**
- **2 группа – семья из трех человек (папа, мама и ребенок 8-10 лет)**

Возраст детей строго ограничен указанными рамками к моменту соревнований. Родители должны иметь при себе паспорт и свидетельство о рождении ребенка. Все участники должны иметь спортивную форму и обувь.

*Приветствуется форма в едином стиле или с отличительными знаками семьи.

В программу соревнований входят следующие конкурсы:

- Дартс
- Прыжки в длину
- Комбинированная эстафета
- Конкурс капитанов

Суляев

- Ловкая мама
- Сильный папа
- Игры-конкурсы для болельщиков!!!

Описание конкурсов:

ДАРТС

Мишень устанавливается на высоте 1,73 м от пола (покрытия). Позиция для метания находится от мишени на расстоянии 2,37 м. Упражнение «Сектор 20». Каждый участник выполняет три серии по три броска. Счет ведется по дротикам, оставшимся в мишени после трех бросков. Отскочившие от мишени дротики или выпавшие из нее, считаются промахом. Разрешается использование дротиков любой разновидности. Места команд определяются по наибольшей сумме очков, набранных всеми участниками команды.

КОМБИНИРОВАННАЯ ЭСТАФЕТА

Условия будут оглашены перед началом соревнований.

ПРЫЖКИ В ДЛИНУ С МЕСТА

Командный результат определяется по длине прыжков всех участников. Первым прыгает ребенок, с места приземления прыгает мама, а далее – папа. Каждой команде дается две попытки, лучшая из которых идет в зачет.

КОНКУРС КАПИТАНОВ

Капитан команды (ребенок) выполняет следующие упражнения на время (1минута) - прыжки на скакалке, приседания, подъем туловища из положения лежа.

ЛОВКАЯ МАМА

Мама прыгает на скакалке в течение 1 минуты (кол-во раз).

СИЛЬНЫЙ ПАПА

Папа участвует в конкурсе - жим гири (16кг).

Контрольное время - две минуты, смена рук допускается 1 раз.

Определение победителей и награждение:

Победители определяются в комплексном зачете по наименьшей сумме мест, занятых в каждом виде программы по группам. При одинаковой сумме очков предпочтение отдается команде, показавшей лучший результат в комбинированной эстафете.

Семейные команды, занявшие 1, 2, 3, места в своих группах награждаются дипломами и медалями.

Заявки:

Предварительные заявки на участие в соревнованиях подаются до **5 апреля 2024** года, до 16.00 ч. по тел:

2 63 21 02 - Центр «Фаворит»

8 902 63 51 332 Суляев Андрей Борисович