

СОГЛАСОВАНО:

Директор Департамента образования  
администрации  
города Южно-Сахалинска



С.А.Мирова

«    » 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор Департамента по физической  
культуре и спорту администрации  
города Южно-Сахалинска



А.П.Боженко

«    » 2023 г.

СОГЛАСОВАНО:

Директор МАУ «Спортивный город»



И.А. Прудников

«    » 2023 г.

## ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении физкультурного мероприятия  
среди семейных команд городского округа «Город Южно-Сахалинск»  
«Мама, папа, я – спортивная семья!»

Южно-Сахалинск

2023г.

## 1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Физкультурное мероприятие среди семейных команд городского округа «Город Южно-Сахалинск» «Мама, папа, я – спортивная семья!» (далее-Физкультурное мероприятие) проводится в целях популяризации физической культуры и спорта на территории городского округа «Город Южно-Сахалинск» пропаганды здорового образа жизни и семейных ценностей.

Соревнование является отборочным этапом на финальный (региональный этап) комплекса физкультурных мероприятий «Мама, папа, я — спортивная семья!» среди семейных команд Сахалинской области.

## 2. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

*Этапы:*

Муниципальный этап – проводится 12 августа 2023г. Место проведения: г. Южно-Сахалинск, малое поле стадиона «Космос» ГПКиО им. Ю.А.Гагарина. Начало Соревнований в 11.00ч. В случае неблагоприятных погодных условий соревнования переносятся на 13 августа 2023 года.

Команда-победитель муниципального этапа является участником финального этапа (регионального) 10 сентября 2023г., место проведения г. Южно-Сахалинск.

## 3. ОРГАНИЗАТОРЫ

Организация и проведение Физкультурного мероприятия осуществляется Департаментом по физической культуре и спорту администрации города Южно-Сахалинска, формирование команд-участниц осуществляется при содействии Департамента образования администрации города Южно-Сахалинска, непосредственное проведение по видам спортивной программы и подведение итогов соревнований возлагается на судейскую бригаду МАУ «Спортивный город».

## 4. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ДОПУСКА

К участию в Физкультурном мероприятии допускаются семейные команды, возраст участников команды от 6 до 69 лет, каждый участник команды должен иметь медицинский допуск (справка от врача о допуске к соревнованиям), наличие договора страхования жизни и здоровья от несчастных случаев.

Составы команд формируются из числа семей:

**1 группа** не менее чем из 4 участников в составе: 1 — ребенок (не зависимо от пола), 2 - родителя (отец и мать, либо законные представители ребенка), 1 - дедушка или бабушка; имеющие прямое родство.

**2 группа** состав команды 2 участника (папа или мама, ребенок).

Участники команды допускаются в следующих возрастных группах:

- ребенок (девочка или мальчик): 6- 10лет;
- мать и отец: 25-49 лет;
- бабушка или дедушка: 50-69 лет.



## 5. ПРОГРАММА

№ п/п	Виды спортивной программы	Участники
1.	Дартс	Взрослые
2.	Метание теннисного мяча в цель	Вся семья
3.	Перетягивание каната	Вся семья
4.	Игра «Вышибалы»	Папы, мамы
5.	Бег на 30 м.	Дети
6.	Весёлые старты (Эстафета с мячом, эстафета с обручем, прыжки в мешках)	Вся семья

### Дартс

Соревнование проводятся в командном зачете. Каждый участник выполняет по 3 пробных 5 зачетных бросков с расстояния 2,37 метров. Если результат пробных бросков устраивает участника, то результат идет в зачет. Победители определяются по наибольшему количеству набранных очков всеми участниками команды.

### Метание теннисного мяча в цель

Соревнование проводятся в командном зачете. Метание производится с расстояния: дети с 6 метров, взрослые 8 метров в закрепленный на стене гимнастический обруч диаметром 90 см. Нижний край обруча находится на высоте 1,5 метра от пола. Для метания теннисного мяча в цель используется мяч весом 57 грамм. Участнику предоставляется право выполнить пять попыток. Засчитывается количество попаданий в площадь обруча. Победители определяются по наибольшему количеству набранных очков всеми участниками команды.

### Бег на 30 м.

Бег на 30 метров выполняется с высокого старта. Победителем становится участник которых преодолет дистанцию за наименьшее время.

### Игра «Вышибалы»

Игра проводится в кругу, между папами и мамами с детьми. В кругу находятся папы. По команде мамы с одной стороны и дети с другой стороны



начинают «выбивать» находящихся в кругу пап стараясь попасть в них волейбольным мячом, в свою очередь папы пытаются увернуться от бросков. Участникам находящимся в кругу запрещается выходить за пределы круга. Игрок покидает круг в случае: если в него попал мяч, либо участник заступил за линию круга. Бросок не считается результативным если мяч попал в игрока отскочив от земли. Целью игры является оставаться как можно дольше «невыбитым» из круга. Победителем является тот кто последний остался в круге, 2 место занимает участник покинувший круг предпоследним, и т.д.

### **Веселые старты**

Команды выполняют подряд 3 этапа:

1. Эстафета с мячом – Игроки команды по очереди ведут мяч между установленными конусами на дистанции 20 метров используя только руки. Запрещается нести мяч в руке, стучать о площадку, вести ногой.

2. Эстафета с обручем – Каждый член команды должен пробежать с обручем на талии (обруч на талии вращать не обязательно). Мамы и папы бегут спиной в перед дети, бабушки, дедушки бегут лицом в перед. Дистанция 20 метров для каждого участника.

3. Прыжки в мешках – Игроки команды по очереди преодолевают расстояние в 10 м. туда и обратно. Команда, у которой на прохождение ушло меньше времени является победителем.

### **Перетягивание каната**

Посередине каната делается «центральная отметка», а также две боковых отметки на расстоянии 3 метров от неё. Перед началом состязания команды встают таким образом, чтобы центральная отметка находилась над проведённой на земле чертой. По сигналу судьи обе команды начинают тянуть канат, стараясь достичь того, чтобы ближайшая к соперникам отметка пересекла черту на земле. Для определения победителя во встрече соревнование проходит из одной попытки. Схема проведения соревнования будет определяться на жеребьевке, в зависимости от количества участвующих команд.

## **6. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ**

Общекомандное первенство определяется по наименьшей сумме набранных очков во всех видах программы по принципу 1 место - 1 очко, 2 место - 2 очка, 3 место - 3 очка и т.д. В случае равенства количества очков у двух и более команд преимущество имеет команда у которой больше 1 мест, 2 мест, 3 мест и т.д. Командное первенство в виде программы определяется по наибольшему количеству набранных очков всеми участниками команды согласно условий.

## **7. НАГРАЖДЕНИЕ**

Команды, занявшие 1-3 места в общекомандном зачете награждаются кубками и дипломами соответствующих степеней, участники команд занявших



## **8. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ**

Финансовое расходы, связанные с приобретением наградной атрибутики (кубки, медали, дипломы и грамоты), инвентаря, расходными материалами, и медицинским сопровождением несет Департамент по физической культуре и спорту администрации города Южно-Сахалинска.

## **9. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ**

Проведение Соревнования осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23.10.2020 № 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнять нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

Каждый участник должен иметь справку о состоянии здоровья, которая является основанием для допуска к спортивным соревнованиям.

## **10. СТРАХОВАНИЕ УЧАСТНИКОВ**

Участие в соревнованиях осуществляется только при наличии договора страхования жизни и здоровья от несчастных случаев, который представляется в комиссию по допуску участников на каждого участника при подаче заявки.

## **11. ЗАЯВКИ НА УЧАСТИЕ**

Предварительные заявки на участие в соревнованиях подаются до 10 августа 2023 года в МАУ «Спортивный город» Департамент по физической культуре и спорту администрации города Южно-Сахалинска на e-mail: [ekaterina.ivanchenko.1996@mail.ru](mailto:ekaterina.ivanchenko.1996@mail.ru) тел. 300-874 доб 1, 312-598 доб 6.

Заявки, направленные после указанного срока, рассматриваться не будут.

Форма заявки представлена в Приложении к настоящему Положению.

**ЗАЯВКА НА УЧАСТИЕ**  
**в физкультурном мероприятии среди семейных команд городского округа**  
**«Город Южно-Сахалинск»**  
**«Мама, папа, я – спортивная семья!»**

от \_\_\_\_\_

*наименование команды*

№	ФИО	Число, месяц, год рождения	Допуск врача
1			
2			
3			
4			

Контактные данные: \_\_\_\_\_ (телефон, эл. Почта).

Приложение:

Справка о допуске врача на соревнования(оригинал) \_\_\_\_\_ экз.

Договор страхования жизни и здоровья от несчастных случаев (копия) \_\_\_\_\_ экз.