

Заместитель главы Администрации  
городского округа Лыткарино

Е.В. Забойкин

2022 год



## ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении соревнований «Папа, Мама, я - спортивная семья»,  
в рамках Спартакиады трудовых коллективов городского округа Лыткарино в 2022 году

### 1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение определяет порядок проведения Соревнований «Папа, мама, я – спортивная семья» (далее – соревнования).

1.2. Соревнования проводятся в целях развития и популяризации физической культуры и спорта в городском округе Лыткарино.

1.3. Основными задачами соревнований являются:

- пропаганда здорового образа жизни;
- формирование позитивных жизненных установок у подрастающего поколения;
- гражданское и патриотическое воспитание молодежи;
- улучшение физкультурно-спортивной работы;
- приобщение молодых семей к коллективным формам организации отдыха;
- привлечение детей и взрослых к активным занятиям физической культурой и спортом;
- укрепление здоровья детей и взрослых.

1.4. Запрещается оказывать противоправное влияние на результаты соревнований.

### 2. Руководство по проведению соревнований

Общее руководство по проведению соревнования осуществляет МКУ «Комитет по делам культуры, молодежи, спорта и туризма города Лыткарино» совместно с МБУ «Спортивная школа «Ориент» Лыткарино» и МБУ «Спортивная школа Лыткарино».

Непосредственное проведение соревнований возлагается на МБУ «Спортивная школа «Ориент» Лыткарино». МБУ «Спортивная школа «Ориент» Лыткарино» определяет состав Главной судейской коллегии (ГСК).

ГСК принимает заявки на участие команд в соревнованиях, организует проведение, определяет победителей и призеров, готовит церемонию награждения, решает другие организационно-технические вопросы, связанные с проведением соревнований.

### 3. Время проведения соревнований

Соревнования проводятся 01 октября 2022 года в ДС «Арена Лыткарино». Начало в 10:00. Регистрация команд с 09:00.

### 4. Участники соревнований

В соревнованиях принимают участие по одной команде от предприятия, принявшего участие в соревнованиях Спартакиады. Возраст родителей не должен превышать 40 лет. Возраст ребенка до 9 лет (включительно). Состав команды 3 человека: папа, мама, ребенок (сын или дочь). Один из родителей должен быть действующим работником/ работницей предприятия.

## **5. Программа соревнований**

Программа соревнований включает в себя эстафеты (Приложение №1). Соревнования включены в командный итог Спартакиады.

## **6. Определение победителей и награждение**

Места в эстафетах определяются по времени, 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, занявшей больше первых мест во всех эстафетах (конкурсах).

При одинаковом количестве занятых первых мест предпочтение отдается команде, занявшей наибольшее количество вторых и так далее мест.

Команды, занявшие призовые места, награждаются кубками, медалями и грамотами.

## **7. Заявки**

Заявки на участие в соревнованиях подаются в ГСК по прибытию команды в день проведения соревнований 01.10.2022. Регистрация участников с 09:00 до 09:45.

На регистрацию команд в судейскую коллегию участвующая семья предоставляет подлинники паспортов родителей и свидетельство о рождении ребенка. Предварительную заявку (приложение 2) необходимо направить до 29.09.2022 на электронную почту: [serbak72@yandex.ru](mailto:serbak72@yandex.ru).



**ПРОГРАММА**  
проведения соревнований «Папа, мама, я – спортивная семья», в рамках  
Спартакиады трудовых коллективов в 2022 году

***Приветствие команд:*** перед началом проведения спортивных эстафет каждая команда представляет девиз, название и капитана команды (капитаном команды должен быть самый младший из участников). Командой может быть определена единая форма одежды с символикой, отражающей название команды, или ее девизом.

№ п/п	Описание соревнования	Система оценки
1.	<p><b><u>«Паровозик».</u></b> Папа - «ПАРОВОЗИК» бежит до конуса, обегает его, возвращается обратно. К папе «прицепляется» мама - «ВАГОНЧИК» и они выполняют аналогичное задание, держась за руки. На финише к маме «прицепляется» ребёнок - «ВАГОНЧИК». Далее задание выполняется всей командой, держась за руки, пока вся команда не пересечет финишную линию.</p> <p><b><u>Инвентарь:</u></b> 1 конус – у каждой команды.</p>	<p>Фиксируется время прохождения эстафеты. Определение победителей по лучшему времени.</p>
2.	<p><b><u>«Спортсмены».</u></b> Мячи находятся у стартовой линии в количестве 3-х штук (волейбольный, футбольный, баскетбольный). Первым стартует капитан команды - ребёнок. Берет в руки волейбольный мяч. Бежит с ним до конуса, обегает его, возвращается к команде, передав эстафету папе касанием руки. Папа берет баскетбольный мяч и ведет его обеими руками (чередую правую – левую руку) до конуса. Обегает конус, продолжая ведение мяча, пока не передаст эстафету маме касанием руки. Мама берет футбольный мяч и ведет его ногами до конуса. Огибает конус, не прерывая ведения мяча, пока не закончит эстафету и не пересечет финишную линию.</p> <p><b><u>Инвентарь:</u></b> 1 конус, мяч волейбольный для капитана, мяч футбольный для мамы, мяч баскетбольный для папы – у каждой команды.</p>	<p>Фиксируется время прохождения эстафеты. Определение победителей по лучшему времени.</p>
3.	<p><b><u>«Картошка в ложке».</u></b> Начинает эстафету папа. Он бежит огибая обручи до конуса в конце площадки, держа в <b>вытянутой руке</b> столовую ложку с «картофелиной» (мячиком). Огибает конус и возвращается по прямой к команде, передавая эстафету (ложку и мячик) маме. Далее</p>	

	<p>стартует мама. Заканчивает эстафету капитан-ребенок.</p> <p>Если «картошка» упала, ее поднимают, кладут обратно в ложку и продолжают бег.</p> <p><b>Бежать без картофелины нельзя.</b> Передача ложки с картошкой следующему участнику является передачей эстафеты (за линией финиша, перед стартовой).</p> <p><b><u>Инвентарь:</u></b> 1 конус, 1 ложка, 1 мяч (150 гр) – у каждой команды.</p>	<p>Фиксируется время прохождения эстафеты. Определение победителей по лучшему времени.</p>
<p>4.</p>	<p><b><u>«На коне».</u></b></p> <p>Первым стартует капитан – ребенок. Он «садится» на коня-метлу (метла между ног). По команде, верхом на метле, как на коне, бежит-подскакивая. Огибает конусы (или обручи), бежит не прекращая подскакивать до конуса в конце площадки, огибает его, не прекращая подскакивать и по прямой, так же подскакивая возвращается к команде. Передает эстафету-метлу (за линией финиша, перед стартовой) маме.</p> <p>Мама «садится» на коня-метлу и выполняет аналогичные движения в том же порядке, пока не передаст эстафету – метлу папе (за линией финиша, перед стартовой).</p> <p>Последним на коне-метле стартует папа, выполняя те же действия, в том же порядке бегом-подскакивая.</p> <p>Эстафета заканчивается, когда папа пересек финишную линию.</p> <p><b><u>Инвентарь:</u></b> 1 конус, 1 метла – у каждой команды.</p>	<p>Фиксируется время прохождения эстафеты. Определение победителей по лучшему времени.</p>
<p>5.</p>	<p><b><u>«Зарядка».</u></b></p> <p>Мячи находятся у стартовой линии в количестве 3-х штук (волейбольный, футбольный, баскетбольный). Мама (первый участник), берет волейбольный мяч, бежит к первому обручу, встает в обруч, кладет мяч, поднимает руки с обручем над головой, опускает обруч, берет мяч, выходит из обруча, бежит дальше, обегает конус, бегом возвращается к команде. То же самое упражнение повторяет с футбольным мячом у второго обруча и с баскетбольным мячом у третьего обруча и касанием руки передает эстафету следующему участнику.</p> <p>Далее стартует капитан – ребенок, выполняя аналогичные движения в том же порядке. Заканчивает эстафету папа, выполнив аналогичные движения, в том же порядке. Эстафета считается законченной, когда папа</p>	<p>Фиксируется время прохождения эстафеты. Определение победителей по лучшему времени.</p>



	<p>пересек линию финиша.</p> <p><b><u>Инвентарь:</u></b> 1 конус, 3 обруча и 1 волейбольный у каждой команды.</p>	
6.	<p><b>«Хоккей»</b>  Первым стартует папа. Потом ребенок и заканчивает эстафету мама.  Каждый участник команды при помощи веника и теннисного шарика змейкой, не прерывая движения, обводит 4 конуса с одной и другой стороны. После последнего конуса участник берет в руки веник с шариком и бегом возвращается к команде для передачи эстафеты.  <b>Продолжать движение если укатился шарик, можно только с того места, где произошла потеря.</b>  Передача веника и теннисного шарика следующему участнику является передачей эстафеты (за линией финиша, перед стартовой).    <b><u>Инвентарь:</u></b> 4 конуса (равномерно стоят по площадке), 1 веник, 1 теннисный шарик – у каждой команды.</p>	<p>Фиксируется время прохождения эстафеты. Определение победителей по лучшему времени.</p>
7.	<p><b>«Передача факела».</b>  Каждая команда перед стартом получает конус, переворачивает его, вкладывает внутрь волейбольный мяч. Первым стартует капитан команды – ребенок (потом мама и заканчивает папа) который бежит по прямой до конуса в конце площадки, огибает его и возвращается к команде, передает эстафету следующему участнику команды, за линией финиша.  Если «факел» сломался, мяч упал, укатился, его поднимают, кладут обратно в конус и продолжают движение оттуда, где произошла потеря. <b>Бежать можно только с «факелом».</b>  Передача конуса с мячом следующему участнику является передачей эстафеты (за линией финиша, перед стартовой).    <b><u>Инвентарь:</u></b> 1 конус, 1 волейбольный мяч – у каждой команды.</p>	<p>Фиксируется время прохождения эстафеты. Определение победителей по лучшему времени.</p>

**Примечание:**

Участники соревнований обязаны строго соблюдать правила безопасного поведения во время соревнований и уважительного отношения друг к другу.

Организаторы оставляют за собой право внести изменения в программу проведения спортивных эстафет.

## ЗАЯВКА

на участие в соревновании «Папа, Мама, я спортивная семья» в рамках Спартакиады трудовых коллективов  
городского округа Лыткарино в 2022 году

Название организации: \_\_\_\_\_

Семья \_\_\_\_\_

№ п/п	Ф.И.О. (полностью)	дата рождения (число, месяц, год)	Место работы, Должность	Контактный телефон	виза врача
1.					
2.					
3.					

Примечание: Один из родителей должен быть действующим работником/ работницей предприятия.

Допущено к участию в соревнованиях \_\_\_\_\_ человек.

Руководитель организации \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

Представитель команды \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / Телефон представителя команды \_\_\_\_\_ Эл. почта \_\_\_\_\_

Ответственное лицо службы персонала организации/учреждения (кадровик) \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

- служебные телефоны: \_\_\_\_\_

М.П.

Внимание!!!

Принимается только в отпечатанном виде. Необходимы:

- круглая печать врача напротив каждой фамилии с отметкой «ДОПУЩЕН»,

- круглая печать врача в строке допущено \_\_ человек,

- печать медицинской организации, где работает данный врач и печать организации, которую представляет команда.