


Утверждаю:

Заместитель главы Администрации
Председатель комитета
по образованию и делам молодежи

 К.Ю. Косых

**Положение
о проведении районных соревнований
среди спортивных семей**

1. Цели и задачи

- популяризация здорового образа жизни среди населения
- выявление положительного опыта семейного воспитания в вопросах становления у детей навыков и привычек здорового образа жизни
- выявление сильнейшей спортивной семьи.

2. Сроки и место проведения соревнований.

Соревнования проводятся 25 декабря 2021 г в 10:00 в спортивном зале МБОУ АСОШ №5 (дартс, гимнастика), в 12:00 на территории лыжно-биатлонного комплекса «Алтайский» (лыжная эстафета).

3. Программа и участники соревнований

К участию в соревнованиях допускаются семьи, в составе каждой из которых папа, мама и ребенок любого пола 2010 г.р. и младше. Семьи, имеющие двух и более детей, выступают во всех видах только с одним и тем же ребенком. Официальные опекуны допускаются до соревнований с усыновленным/удочерённым ребенком.

Дартс.

Дартс устанавливается на высоте 1 м 73 см от центра круга. Участники метают дротики с расстояния 2 м 37 см. Каждый участник выполняет три пробных броска и шесть зачетных. Очередность – ребенок, мама, папа. Счет ведется по дротикам, оставшимся в мишени после трех бросков. Перебрасывание упавших и не воткнувшихся дротиков не разрешается. Победитель определяется по наибольшей сумме очков, набранных семьей.

Гимнастика.

Папа, мальчик – подтягивание на перекладине.

Мама, девочка – поднятие туловища из исходного положения лежа на спине, пальцы на затылке, локти касаются гимнастического мата, ноги зафиксированы. Мама – 1,5 мин., девочка – 1 мин. Подъем выполняется до касания локтями коленей или середины бедер с возвратом в исходное положение.

Лыжная эстафета.

Ребенок (0,5 км) + мама (1 км) + (2 км). Стиль – свободный.

Победитель определяется по наименьшему времени прохождения эстафетной дистанции.

4. Определения победителя

Результат выступления семьи получается путем сложения мест, занятых ею в отдельных видах. В случае равенства суммы мест у двух семей и более преимущество

отдается семье, имеющей более высокий результат в лыжной эстафете, затем в гимнастике, затем в дартсе.

5. Награждение

Победители и призеры награждаются грамотами.

6. Руководство.

Руководство по проведению соревнований возлагается на судейскую коллегию:

Савинцева А.С.

Ревякин А.А.

Гл. судья – Цирюльников С.Г.

Предварительные заявки подать до 25 декабря 2021 г. на электронный адрес: sergei39939@mail.ru. Количество семей от школ не ограничено