



Утверждаю:  
Заместитель главы Администрации  
района по социальным вопросам-  
председатель комитета по  
образованию и делам молодежи  
Администрации Алтайского района

К.Ю. Косых  
«16» апрель 2024 года

## **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 10 мая 2024 г в 10:00 в спортивном зале МБОУ АСОШ №5 (дартс, гимнастика), в 12:00 на Центральном стадионе (прыжковая и легкоатлетическая эстафеты).

### **3. Программа и участники соревнований**

К участию в соревнованиях допускаются семьи, в составе каждой из которых папа, мама и ребенок любого пола. Участники разделены на две возрастные группы; старшая группа - семьи с детьми 2011-2012 год рождения, младшая группа - семьи с детьми 2013 года рождения 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 – поднимание 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.

#### *Прыжковая эстафета*

Прыжки в длину с места: ребенок + мама + папа.

Победитель определяется по наибольшей сумме длины прыжков.

#### *Легкоатлетическая эстафета*

Ребенок (100 м) + мама (100 м) + папа (200 м).

Победитель определяется по наименьшему времени прохождения эстафетной дистанции.

Результат выступления семьи получается путем сложения мест, занятых ею в отдельных видах. В случае равенства суммы мест у двух и более семей преимущество отдается семье, имеющей более высокий результат в легкоатлетической эстафете, затем в гимнастике, затем в дартсе.

#### **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 легкоатлетической эстафете, затем в гимнастике, затем в дартсе.

#### **5. Награждение**

Победители и призеры награждаются медалями, грамотами.

Семьи с мальчиком и девочкой разного возраста награждаются отдельно.

#### **6. Руководство.**

Руководство по проведению соревнований возлагается на судейскую коллегию:

Разомасову Е.В.

Ревякина А.А.

Гл. судья – Цирюльников С.Г.

Предварительные заявки подать до 08 мая 2024 г. на электронный адрес: [sergei39939@mail.ru](mailto:sergei39939@mail.ru). Количество семей от школ не ограничено.