

**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**о проведении школьных соревнований**  
**«Папа, мама, Я- спортивная семья»,**  
**посвященных 60 летнему юбилею школы**

**Цель:**

Привлечь внимания детей и их родителей к занятиям физической культуре и спорту. Доставить детям и их родителям удовольствие от совместных занятий физкультурой, способствовать развитию положительных эмоций, чувства взаимопомощи. Пропагандировать значение физической культуры, как средства физической красоты, силы, ловкости, выносливости, как интересной игры для детей и взрослых.

**Задачи:**

1. Мотивация занятий физической культурой и спортом в целях оздоровления;
2. Развитие психофизических качеств учащихся;
3. Совершенствование умений и навыков, полученных на уроках в игровой ситуации;

**Время и место проведения:**

13 ноября. На спортивной площадке (зале) МАОУ СОШ №8

**Участники соревнований:**

- ✓ к участию в соревнованиях допускаются по одной семье от каждого класса и дети (учащиеся 3-4 классов)
- ✓ состав семьи 3 человека: папа, мама (сын или дочь)
- ✓ команда участница имеет единый стиль одежды, эмблему, название команды, девиз

**Программа соревнований:**

Программа соревнований включает в себя спортивные эстафеты и конкурсы (Приложение)

**Определение победителей:**

Места в эстафетах определяются по времени или лучшему результату, показавшему командами в эстафете (конкурсе)

Общее место определяется по наименьшей сумме мест, показанной командой во всех эстафетах. Если команды наберут одинаковое количество мест, то

предпочтение отдаётся команде, показавшей лучшее время в заключительной эстафете.

### **Награждение:**

Все участники награждаются дипломами и подарками.

## **Приложение 1**

### **Эстафеты**

#### **1. Эстафета «Разминочная»**

В руках у первого участника эстафетная палочка. Оббежать змейкой вокруг конусов туда и обратно, передать эстафетную палочку следующему участнику .

#### **2. Эстафета « Мы строим дом»**

Перед командой в обруче лежат 7 кубиков, 1 конус и одна кегля. Нужно из этих предметов построить дом на другой стороне зала. Заранее обсудить проект дома. Каждый бежит по очереди 3 раза, пока дом не будет построен.

#### **3. Эстафета «Веникобол»**

В руках у первого участника веник и мяч. Нужно прибраться в доме, подмести пол. По очереди веником катить мяч до конуса и обратно.

#### **4. Эстафета « Посади и собери урожай»**

Перед командой лежат 3 обруча .В руках у первого участника ведро с тремя кубиками. Он бежит с ведром и сажает урожай, раскладывая кубики в обручи по пути, передаёт ведро следующему участнику команды. Тот собирает урожай и т. д.

#### **5. Конкурс «Меткий стрелок»**

Каждый участник бросает в дартс по 3 раза. Затем очки команды складываются и определяется победитель.

#### **6. Эстафета « Вождение коляски»**

У команды обруч (коляска) и мяч (ребёнок). Катить обручем мяч, так чтобы мяч не выпал из обруча. Везут «коляску» с ребёнком до конуса и обратно.

### **7. Эстафета «Семейный доктор»**

Папа с мамой стоят на одной стороне площадки, ребёнок на другой. Первым бежит папа с градусником в руке(кегля), ставит его под мышку ребёнку и бежит обратно, передаёт эстафету маме. Мама бежит забирает градусник (кегли) и даёт ребёнку таблетку. Эстафета заканчивается, когда мама прибежит обратно.

### **8. Конкурс «Ловкая семья»**

Мамы- крутят обруч ( Кто дольше)

Папы- бросают баскетбольный мяч в корзину (5 бросков)

Дети-прыжки на скакалке за 15 сек.(кто больше раз прыгнет за 15 сек.)

### **9. Эстафета «Шапка невидимка»**

Под конусом спрятана игрушка. 1-ый участник бежит до конуса, поднимает его и берёт игрушку, бежит обратно и передаёт игрушку 2-му участнику. Тот бежит до конуса и прячет игрушку под конус. Возвращается обратно. Следующий участник снова бежит до конуса и приносит игрушку.

### **10. Конкурс –перетягивание каната.**

ИНВЕНТАРЬ:

1.конусы-3 шт.

2.мячи-3 шт.

3. обручи-9 шт.

4.кубики(кирпичи)-21 шт.

5.кегли-3 шт.

6.конусы маленькие-3 шт.

7. ведро-3 шт.

8. кубики-9 шт.

9. 3 игрушки.

10. канат для перетягивания-1 шт.

11. дартц и дротики

12. эстафетная палочка-3 шт.

13. скакалка- 3 шт.

## **Приложение 2**

### **Заявка**

<b>Ф.И.О. участников соревнования</b>	
папа	
мама	

ребенок	
<b>Название команды</b>	
<b>Капитан команды</b>	
<b>Тренер (руководитель) команды</b>	