

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по
спортивно-массовой работе
Санкт-Петербургского
государственного бюджетного
учреждения
«Центр физической культуры, спорта и
здоровья «Царское Село» Пушкинского
района


 С.Е. Горланова

« _____ » _____ 2019 г

УТВЕРЖДАЮ

Директор Санкт-Петербургского
государственного бюджетного
учреждения
«Центр физической культуры,
спорта и здоровья «Царское Село»
Пушкинского района



 Р.М. Гайфутдинов

« _____ » _____ 2019 г

**Регламент
соревнований «Веселые старты» по программе Спартакиады семейных команд
Пушкинского района
«Папа, мама и я – спортивная семья 2019 года»**

Место проведения: Спортивный зал ГБОУ СОШ 604 по адресу: Санкт-Петербург, Шушары п., Изборская ул., д.4, к.2.

Сроки проведения: 23 марта 2019 г. с 15.30.

Участники: семьи, жители Пушкинского района.

1. Участники соревнований.

Соревнования являются командными. В соревнованиях принимают участие команды, состоящие из 2-х или 3-х человек, участники которых являются членами одной семьи. Возрастной состав взрослых членов команды не ограничен. Возраст детей от 7 до 14 лет. Участники на соревнования должны иметь при себе спортивную форму, сменную спортивную и удобную обувь на каждого участника команды.

Соревнования проводятся по возрастным группам среди следующих категорий:

Большая семейная команда (мама, папа, ребенок)	Малая семейная команда (мама, ребенок)	Малая семейная команда (папа, ребенок)
Ребенок младшего возраста 2009 – 2012 г.р.	Ребенок младшего возраста 2009 – 2012 г.р.	Ребенок младшего возраста 2009 – 2012 г.р.
Ребенок среднего возраста 2005 – 2008 г.р.	Ребенок среднего возраста 2005 – 2008 г.р.	Ребенок среднего возраста 2005 – 2008 г.р.

Примечание:

- вместо папы и мамы могут участвовать бабушка и дедушка;
- для детей-сирот, детей, оставшихся без попечения родителей, вместо папы и мамы могут выступать представители детских домов-интернатов, опекуны;
- возраст ребёнка определяется годом рождения;
- большая семейная команда может принять участие одновременно в двух категориях (зачёт осуществляется по категории БСК и по одной категории МСК);
- в ходе соревнований не допускается замена одного участника команды на другого;
- семьи, у которых больше одного ребенка могут принять участие на соревнованиях не более двух раз и только в разных категориях;
- организаторы спортивный инвентарь не предоставляют;
- организаторы оставляют за собой право вносить изменения в соревнованиях в связи со сложившимися условиями.

2. Программа соревнований

- **15:30-15:50** – регистрация семейных команд;
- **15:50-16:00** – церемония открытия и награждения участников предыдущего этапа соревнований по лыжным гонкам;
- **16:00** – старты больших семейных команд (среднего и младшего возраста);
- **17:00** – старты малых семейных команд (среднего и младшего возраста);
- **18:00** – церемония награждения соревнований «Веселые Старты» и закрытие соревнований.

Для малых семейных команд, не участвующих в категории «большие семейные команды», допускается регистрация во время стартов больших семейных команд до 16:45. Организаторы, в зависимости от создавшихся обстоятельств (количество семейных команд, условия проведения и т.п.) могут изменить порядок, программу и время проведения соревнований. Об этом сообщается участникам команд заблаговременно.

3. Система проведения соревнований

Программа соревнований состоит из 1 командной эстафеты в каждой категории.

Сигнал старта – свисток судьи!

В каждой семейной команде первый этап всегда бежит ребенок, затем мама и папа.

В одном забеге эстафеты стартует 2 семейные команды. Предварительный стартовый протокол будет размещен в группе ВКонтакте: https://vk.com/semeynaya_spartakiada_pushkin.

БСК (Большая семейная команда: папа, мама, ребенок)

Эстафета «Спортландия»

Зона передачи эстафеты за линией старта. Передача эстафеты- касание.

Ребенок стартует, преодолевает первый барьер, добегают до следующего барьера, пролезает под ним, огибает конус и бежит обратно к стартовой линии, где передает маме эстафету.

Мама, заранее взяв 2 мяча руками, обегает фишки на дистанции змейкой, добегают до конуса, оставляет оба мяча на линии с конусом и бегом по прямой возвращается к стартовой линии, где передает эстафету папе.

Папа с мячом в руках, огибает змейкой фишки, при этом ведя мяч как в баскетболе (допускается ведение двумя руками), добегают до конуса, где 2 мяча оставила мама, берет их и с тремя мячами в руках возвращается к линии старта, где передает эстафету ребенку.

Ребенок катит перекасти-поле до линии, где стоит конус и ставит перекасти-поле, как колодец и бежит обратно к стартовой линии, где передает эстафету маме.

Мама стартует в одетых гигаботах (которые надевает перед эстафетой), добегают до линии бросков, делает три броска мячом в корзину (за каждое попадание мячом в корзину из времени вычитается 2 секунды), возвращается к линии старта бегом в гигаботах и передает эстафету папе.

Папа принимает у мамы эстафету и гигаботы, надевает их и стартует змейкой, добегают до линии бросков и делает три броска мячом в корзину (за каждое попадание мячом в корзину из времени вычитается 2 секунды), возвращается к линии старта бегом в гигаботах и передает эстафету маме и ребенку.

Ребенок, надев на себя обруч, и мама, взявшись за него (как лошадки) бегут к конусу, снимают обруч, надевают общекомандные лыжи и поднимают руки вверх, затем бежит папа до конуса, тоже надевает лыжи, и они втроем возвращаются к линии старта.

Команда считается финишировавшей, когда лыжи семейной команды пересекают линию старта, которая становится финишной.

МСК (Малая семейная команда: мама, ребенок)

Эстафета «Веселые финиши»

Зона передачи эстафеты за линией старта. Передача эстафеты- касание.

Ребенок стартует, преодолевает первый барьер, добегают до следующего барьера, пролезает под ним, огибает конус и бежит обратно к стартовой линии, где передает маме эстафету.

Мама, заранее взяв 3 мяча руками, обегает фишки на дистанции змейкой, добегают до конуса, оставляет 2 мяча на линии с конусом и бегом по прямой с одним мячом возвращается к стартовой линии, где передает эстафету ребенку и мяч.

Ребенок, зажав между коленями мяч, прыгает до линии, где стоит конус, оставляет мяч и от линии бросков кидает 3 шарика в колодец (за каждое попадание шариком в колодец из времени вычитается 2 секунды) и возвращается обратно, где передает эстафету маме.

Мама, надевает перекати-поле (заранее) и поддерживая его сверху, бежит до линии бросков, снимает перекати-поле, кидает 3 шарика в колодец (за каждое попадание шариком в колодец из времени вычитается 2 секунды) и возвращается обратно, при этом кагит перекати-поле перед собой до линии старта, где передает эстафету ребенку.

На линии старта лежат два обруча. Ребенок встает в один обруч, другой обруч перекладывает вперед, переходит в него. Таким образом, ребенок доходит до конуса, поднимает руку, и мама бежит к конусу, где они вместе продолжают поочередно переступать из одного обруча в другой, так же возвращается обратно. Эстафета считается пройденной, когда оба обруча окажутся за линией старта, которая становится финишной.

МСК (Малая семейная команда: папа, ребенок)

Эстафета № 3 «Спортивные гонки»

Зона передачи эстафеты за линией старта. Передача эстафеты- касание.

Ребенок стартует, преодолевает первый барьер, добегают до следующего барьера, пролезает под ним, огибает конус и бежит обратно к стартовой линии, где передает папе эстафету.

Папа, заранее взявший 2 мяча руками, еще один мяч зажав между коленями прыгает до линии, где стоит конус, оставляет мячи на линии с конусом и бегом по прямой возвращается обратно, где передает эстафету ребенку.

Ребенок, взяв заранее в руки клюшку, ведет клюшкой мячик по прямой до линии, где стоит конус, оставляет клюшку и от линии бросков кидает 3 шарика в колодец, один из шариков, который вел от стартовой линии (за каждое попадание шариком в колодец из времени вычитается 2 секунды) забирает клюшку и возвращается обратно, где передает эстафету папе.

Папа стартует, обводит конусы «змейкой», ведя мячик клюшкой, бежит до линии, где стоит конус, взяв клюшку перед собой делает пять приседаний, оставляет клюшку и от линии бросков кидает 3 шарика в колодец, один из шариков, который вел от стартовой линии (за каждое попадание шариком в колодец из времени вычитается 2 секунды) забирает клюшку и возвращается обратно к стартовой линии также змейкой.

На линии старта лежат штаны. Семья (папа и ребенок) залезает в штаны и бегом бежит до конуса, огибает его и возвращается к линии старта.

Команда считается финишировавшей, когда все участники находятся за стартовой линией, которая становится финишной.

Примечание: Результат эстафеты определяется по времени прохождения дистанции с учетом очков за попадание. В случае нарушения условий выполнения эстафет (не произвел бросок всех обозначенных предметов у линии броска, неправильная передача эстафеты, старт раньше сигнального свистка, нарушение прохождения эстафеты и т.д.) за каждое нарушение добавляется 5 секунд. Команда, допустившая второй фальстарт, снимается с соревнований.

4. Определение победителей

Командное первенство в каждой группе и возрастной категории определяется по лучшему результату, показанному командой на дистанции.

5. Награждение

Командам, занявшим в каждой категории и возрастной группе 1,2,3 места вручается наградная атрибутика.

6. Заявки

Заявки на участие, по установленной форме (Приложение 1) принимаются на электронный адрес opsmm@cfkes.ru с пометкой «Веселые старты» до 12:00 22 марта 2019 года. Форма заявки прилагается- Приложение 1 (**обязательно заполняются все графы заявки**).

Заявки на участие, по установленной форме принимаются также в день проведения соревнований.

Вся информация о мероприятии в группе ВКонтакте: https://vk.com/semeynaya_spartakiada_pushkin.

Справочная информация по телефону: 8 (931) 326-05-90.

Контактные телефоны:

Отдел организации и проведения спортивно-массовых мероприятий:

тел. 8 (931) 326-05-90, контактное лицо Ларионова Виктория Константиновна.

ОРГКОМИТЕТ