

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
школа-интернат № 289 с углубленным изучением
предмета «Физическая культура»
Красносельского района Санкт-Петербурга
(ГБОУ Ш-И № 289)

ПРИНЯТО

на заседание совета ШСК «Спартанцы»
ГБОУ Ш-И №289
Протокол собраний
совета ШСК № 3
От «12» 01 2024г.

УТВЕРЖДЕНО

Приказом № 7-02
От «18» 01 2024г.
ГБОУ Ш-И №289

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении спортивного фестиваля среди семейных команд ОДОД
ГБОУ Ш-И № 289 «Мама, папа, я- спортивная семья», посвященного
«Дню снятия блокады Ленинграда».

Санкт-Петербург 2023г.

1. Цель: Соревнования семейных команд проводится с целью привлечения семьи к ведению здорового образа жизни, улучшения физической подготовки учащихся, увеличения двигательной активности школьников.

Основные задачи:

- Приобщение учащихся и родителей к систематическим занятиям физической культурой;
- сплочение родительского и ученического коллектива;
- помощь в поддержании хорошего физического состояния и ведения здорового образа жизни в семье;
- привлечение родителей к участию в жизни школы;
- выявление самой спортивной семьи среди школы.

2. Участники:

- Принимать участие в соревнованиях имеют право все учащиеся школы, имеющие основную и подготовительную группу по физической культуре, и их родители, не имеющие медицинских противопоказаний;

Состав команд:

- Состав команды - 2 взрослых, 2 ребенка от класса (возможно объединить 2 семьи. Братья, сестры, и иные родственники приветствуются).

3. Руководство соревнованиями:

Руководство соревнованиями:

- Общее руководство по проведению соревнований возлагается на и.о. заведующего ОДОД ГБОУ Ш-И №289: Шароенко К.А.
- Непосредственное проведение соревнований возлагается на педагога ОДОД: Мишенков Б.Б.
- Медицинское обеспечение во время проведения соревнований возлагается на медицинского работника школы: Панюшкину В.В.
- Жюри фестиваля : Байдина И.Г., Перова Н.В., Кураксина Ю.В.
- Ответственный педагог за техническое обеспечение музыкальное сопровождение: Дубова Н.А.
- Ответственный педагог за выступление объединения «Дудервол»: Дубова Н.А.
- Ответственный педагог за выступление объединения «Сказки старой Англии»: Веселкова И.В.
- Ответственный педагог за выступление объединения «Оранжевый мяч»: Мишенков Б.Б.
- Ответственные за флэшмоб педагоги ОДОД ГБОУ Ш-И № 289.

-Ответственный за выставку от объединения «Открой талант» Перова Н.В.

4. Заявки:

- Заявки на участие в соревнованиях подаются судейской коллегии, не позднее 1го дня перед началом соревнований.
- **6. Время и место проведения семейного фестиваля:**
- Соревнования проводятся на базе ГБОУ Ш-И № 289 в спортивном зале;
- время проведения соревнований – 27.01.2024 с 11.00-13.00 ч.;

5. Условия определения победителей соревнований:

- Общекомандный зачет определяется по наименьшей сумме очков (мест), набранных командами;
- в случае равенства очков у двух и более команд, преимущество получает команда, имеющая большее количество первых, вторых и так далее мест.

6. Награждение:

- Семейные команды награждаются дипломами соответствующих степеней.

ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ.

Веселые старты.

Ход фестиваля:

11:00- открытие фестиваля

11:15-11:45 – участие семейных команд в эстафетах, а так же выступление объединений ОДОД

11:45-13:00 – награждение, закрытие фестиваля.

ЭСТАФЕТЫ.

1. Эстафета «Мумия»

Мамы и папы получают рулон туалетной бумаги. Они должны забинтовать своего ребенка с ног до головы как мумию. Учитывается качество и быстрота.

2. Эстафета «Связанные одной нитью»

Чья семья быстрее пробежит со связанными ногами. К папиной и маминой ноге привязывается по одной ноге ребенка, бегут вместе огибая конус и возвращаются обратной, побеждает самая быстрая команда.

3. Эстафета «Поезд».

Папа обегает фишку, возвращается, берет за руку маму, обегает, берут за руку ребенка и, обежав фишку возвращаются к финишу.

4. «Интеллектуальная» эстафета

- Он может быть сделан из резины или пробки, сплетен из ниток, обшит кожей. Его можно бросать, передавать, вести в любом направлении. (Мяч)

- Они помогают спортсмену плыть быстрее. (Ласты)

- Он защищает голову спортсмена. (Шлем)

- Прибор, с помощью которого человек может дышать под водой. (Акваланг)

- Они защищают колени спортсмена при падении или столкновении. (Наколенники)

- Длинная палка, которой спортсмен забивает шары в бильярде. (Кий)

- Стальной стержень, с двух сторон которого надеваются стальные диски. (Штанга)

- Мягкие матрасы, на которые падают спортсмены после выполнения прыжка. (Маты)

- Короткие деревянные палки, которые во время игры сбивают битой. (Городки)
- Их используют при игре в боулинг. (Кегли)
- Через нее кидают мяч в волейболе. (Сетка)
- Она защищает глаза спортсмена от воды. (Маска)
- Деревянная палка с загнутым концом, которой бьют по шайбе. (Клюшка)
- Он сделан из пробки, имеет легкий ажурный венец; его используют при игре в бадминтон. (Волан)
- Их защищает вратарь. (Ворота)
- Ею отбивают воланы и мячи. (Ракетка)
- Они находятся на подошве, чтобы обувь не скользила. (Шипы)
- На ней плавают с парусом в виндсёрфинге. (Доска)
- Толстая папка, которой отбивают мячики. (Бита)
- Летний вариант коньков. (Ролики)

5. Эстафета с надувным шаром

Участники строятся за общей линией старта в колонну по одному. У ребенка в руках надувной шар. По сигналу он, подбивая шар, продвигается вперед до поворотной стойки и обратно. Мама выполняет то же, но подбивает шар теннисной ракеткой, папа – головой. Побеждает семья, которая раньше выполнит задание.

6. Эстафета «танцевальная»

Вся семья, взявшись за руки между собой, пытаются удержать большой гимнастический мяч и при этом танцевать и двигаться к финишу. Оценивается творческий подход и быстрота выполнения.

7. Эстафета «Прыгуны».

Папа прыгает в дину как можно дальше. С места приземления папы прыгает мама, с места приземления мамы — ребенок. Побеждает та команда, которая быстрее окажется у финиша за меньшее количество прыжков.

8. Эстафета «Домашняя уборка»

Мама берет веник, перед веником кладется смятый кусочек бумаги. В таком положении она должна передвигаться до ориентира и обратно, подталкивая веником, смятый кусочек бумаги. Папа и ребенок повторяют задание по очереди. Побеждает команда, которая справится быстрее.