

«УТВЕРЖДАЮ»

Исполнительный директор
Общероссийской общественной
организации «ВФЛА»

Б.М. Ярышевский

« 30 » сентября 2025 г.



**ПОЛОЖЕНИЕ
О ПРОВЕДЕНИИ СПОРТИВНОГО ПРАЗДНИКА
«ПАПА, МАМА, Я – СПОРТИВНАЯ СЕМЬЯ»
В РАМКАХ ВСЕРОССИЙСКОГО ПРОЕКТА
«ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА В ШКОЛЕ»**

I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Спортивный праздник «Папа, мама, я – спортивная семья» (далее – Спортивный праздник) проводится в рамках Всероссийского проекта «Легкая атлетика в школе» и направлен на пропаганду занятиями легкой атлетикой.

Настоящее Положение определяет порядок, условия проведения Спортивного праздника.

Цель Спортивного праздника: пропаганда здорового образа жизни, приобщение семей к физической культуре и спорту, привлечение детей и взрослых к активным занятиям физической культурой и спортом.

Задачами проведения Спортивного праздника являются:

- пропаганда семейных ценностей;
- укрепление престижа и роли семьи в обществе;
- приобщение молодых семей к коллективным формам организации активного отдыха.

II. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

Спортивный праздник проводятся в общеобразовательных организациях, включенных во Всероссийский проект «Легкая атлетика в школе» (далее – Проект). Срок проведения определяется общеобразовательной организацией.

Более точная информация о дате и месте проведения Спортивного праздника размещается на сайте общеобразовательной организации не позднее чем за 10 календарных дней до начала мероприятия.

III. ОРГАНИЗАТОРЫ МЕРОПРИЯТИЯ

Общее руководство и контроль за организацией и проведением Спортивного праздника осуществляет Общероссийская общественная организация «Всероссийская федерация легкой атлетики».

Организация и проведение Спортивного праздника возлагается на общеобразовательную организацию, реализующую Проект (далее – Организатор).

Организатор утверждает кандидатуру главного судьи Спортивного праздника.

Непосредственное проведение Спортивного праздника возлагается на главную судейскую коллегию (ГСК).

Общие полномочия ГСК:

- осуществляет контроль за соблюдением всех пунктов настоящего Положения;
- утверждает список судей (специалистов в области физической культуры и спорта) и контролирует качество их работы;

- осуществляет проверку и готовность спортивной площадки.

Организатор оставляет за собой право вносить изменения в Положение.

IV. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА

Семейная команда включает двух родителей (законные представители) (возраст не ограничен) и ребенка (мальчика или девочку в возрасте 5-7 лет), не имеющего противопоказаний для участия в Спортивном празднике.

Запрещается участие в Спортивном празднике школьникам.

Команды должны иметь табличку с названием команды организации для выхода на парад.

Семья должна быть одета в единую спортивную форму, не создающую затруднений при выполнении задания и соответствующую требованиям техники безопасности. Обувь должна быть на нескользкой подошве, соответствующая виду деятельности.

На участниках не должно быть украшений, создающих травмоопасность (цепочки и шнурки на шее должны быть прикреплены к футболке). Длинные волосы должны быть убраны в пучок, хвост или косу. Очки должны быть закреплены.

V. ПРОГРАММА МЕРОПРИЯТИЯ

Программа Спортивного праздника включает в себя пять конкурсных заданий (эстафет) (Приложение к Положению).

Конкурсные задания (эстафеты) составлены в соответствии с программными требованиями по физической культуре для детей дошкольного возраста.

Для проведения испытаний (заданий) участники распределяются в соответствии с маршрутными листами.

Выступление участника может быть начато повторно в случаях, вызванных форс-мажорными обстоятельствами, к которым относятся:

- поломка оборудования, произошедшая в процессе выступления;
- неполадки в работе общего оборудования – освещения, задымления помещения и т.п.;
- появление в непосредственной близости от зоны выполнения задания посторонних предметов, создающих травмоопасную ситуацию.

При возникновении указанных выше ситуаций, участник должен немедленно прекратить выступление.

Только главный судья имеет право разрешить повторное выполнение задания.

Условия подачи протестов.

Если в ходе Спортивного праздника, по мнению участника, возникли сомнения в объективности решения судьями тех или иных вопросов, то он может сделать устное заявление, изложив суть сложившейся ситуации главному судье, который непосредственно на месте принимает решение и объявляет его участнику.

Если принятое решение не удовлетворило участника или же по каким-либо причинам вообще не было принято, то участник может подать обоснованный письменный протест, указав пункт Положения, который был нарушен.

Не принимаются к рассмотрению:

- устные или письменные протесты зрителей;
- протесты, в которых не указан пункт Положения, который был нарушен;
- несвоевременно поданные протесты;
- протесты на судейство (качество и компетентность);
- протесты относительно итогового результата.

Главная судейская коллегия рассматривает письменные протесты в течение 30 минут после их подачи и сообщает заявителю результат в письменном виде.

VI. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

Спортивный праздник проводится как командное первенство с определением трех призовых мест.

Командное первенство определяется по наименьшей сумме мест, набранных по итогам всех конкурсных заданий.

В случае равенства суммы мест у двух и более команд, место определяется по лучшему времени, показанному на эстафете № 1, далее – в эстафете № 4.

VII. НАГРАЖДЕНИЕ

Все команды награждаются грамотами.

Команда-победительница и команды-призеры награждаются кубками, медалями за I, II и III место, дипломами.

VIII. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ

Расходы по организации и проведению Спортивного праздника несет Организатор.

На печатной, рекламно-информационной, наградной и сувенирной продукции, издаваемой (изготавливаемой) к проведению Спортивного праздника, а также на кино-, видео- и фотоматериалах, выпускаемых (изготавливаемых) в связи с проведением Спортивного праздника, допускается использование логотипа ВФЛА.

IX. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ

Обеспечение безопасности участников и зрителей обеспечивает непосредственный организатор Спортивного праздника согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных Постановлением Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2014 г. № 353 (с изменениями, внесенными постановлениями Правительства Российской Федерации).

Медицинское обеспечение Спортивного праздника, в том числе, оказание скорой медицинской помощи, обеспечивается непосредственным организатором в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23 октября 2020 г. № 1144н.

ПРОГРАММА СПОРТИВНОГО ПРАЗДНИКА «ПАПА, МАМА, Я – СПОРТИВНАЯ СЕМЬЯ»

ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Конкурсные испытания (эстафеты) заключаются в последовательном выполнении участником заданий, определяющих его степень владения двигательными навыками.

Выполнение всех заданий начинается от линии старта по общему сигналу судьи для стартующих участников.

Передачей эстафеты считается пересечение финишной линии.

Секундомер выключается, когда последний участник выполнит задание и пересечет финишную линию (в зависимости от задания с предметом или без него).

При неправильном выполнении командой двигательного задания в итоговом техническом протоколе команде присуждается последнее место в данной эстафете.

Окончательный результат:

В протокол заносится результат прохождения дистанции, количество допущенных ошибок.

Руководство испытаниями:

Для руководства испытаниями назначается судейская бригада, состоящая из судьи-хронометриста, судьи-контролера, судьи-секретаря.

Оборудование:

1. Задание выполняется на площадке, имеющей разметку для выполнения задания.
2. По периметру площадки должна располагаться зона безопасности шириной не менее 1 метра, полностью свободная от посторонних предметов.

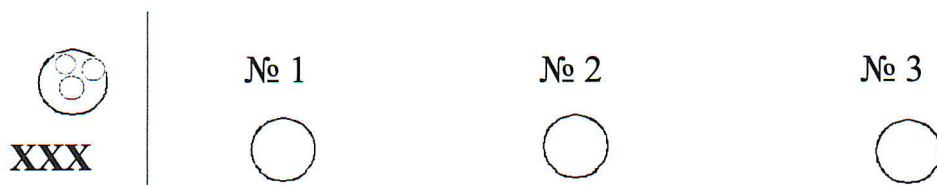
ЭСТАФЕТА № 1 «ЧЕЛНОЧНЫЙ БЕГ»

Участники стоят на линии старта в колонне по одному (ребенок, мама, папа).

У линии старта в обруче лежат три мяча. От стартовой линии на расстоянии 4 м, 7 м, 10 м лежат обручи.

По сигналу судьи включается секундомер, и первый участник (ребенок) начинает движение:

1. Берет один мяч из обруча у линии старта и переносит его в обруч № 1, возвращается на линию старта;
2. Берет второй мяч из обруча у линии старта и переносит его в обруч № 2 и возвращается на линию старта;
3. Берет третий мяч из обруча у линии старта и переносит его в обруч № 3, возвращается на линию старта и передает эстафету маме.



Далее движение начинает мама:

1. Бежит до обруча № 1 берет мяч и переносит его в обруч на линию старта.
2. Бежит до обруча № 2 берет мяч и переносит его в обруч на линию старта.
3. Бежит до обруча № 3 берет мяч и переносит его в обруч на линию старта и передает эстафету папе.

Далее движение начинает папа:

1. Берет один мяч из обруча у линии старта, переносит его в обруч № 1, возвращается на линию старта.
2. Берет второй мяч из обруча у линии старта, переносит его в обруч № 2 и возвращается на линию старта.
3. Берет третий мяч из обруча у линии старта, переносит его в обруч № 3, возвращается на линию старта и передает эстафету ребенку.

Далее ребенок бежит к обручу № 1 берет мяч и возвращает его в обруч у линии старта. Передачей эстафеты считается пересечение финишной линии.

Далее мама бежит к обручу № 2 берет мяч и возвращает его в обруч у линии старта. Передачей эстафеты считается пересечение финишной линии.

Далее папа бежит к обручу № 3 берет мяч и возвращает его в обруч у линии старта.

Секундомер выключается, когда все мячи будут лежать в обруче на линии старта.

Оценка выполнения

№ п/п	Ошибки	Примечания
1.	Заступ	+ 3 с
2.	Переносят больше одного мяча	+ 3 с (за каждый мяч)
3.	Мяч выкатился из обруча	+ 3 с
4.	Фальстарт	+ 3 с
5.	Нарушение порядка выполнения эстафеты	+ 3 с каждый раз

Примечание: если мяч выкатился из обруча и участник его вернул в обруч, то ошибка не засчитывается.

Оборудование

1. Задание выполняется на площадке с разметкой для выполнения данного задания, ширина эстафетной дорожки не менее 3,5 метров, длина эстафетной дорожки не менее 12 метров.

2. По периметру площадки должна располагаться зона безопасности шириной не менее 1 метра, полностью свободная от посторонних предметов.

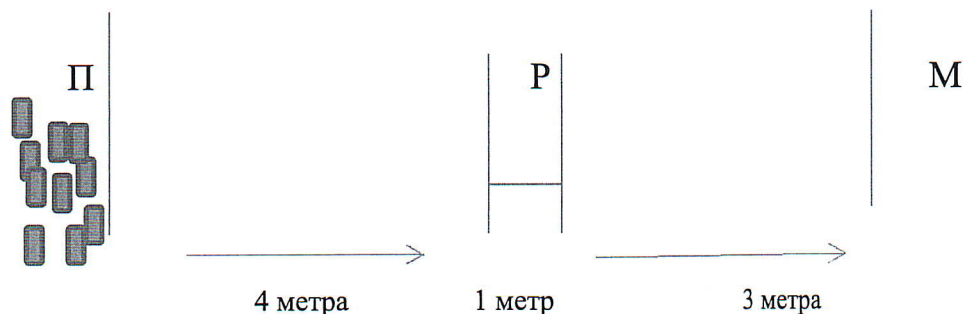
3. Для выполнения задания необходимо три баскетбольных мяча № 3, четыре плоских обруча (диаметром 40-45 см) и клейкая лента.

ЭСТАФЕТА № 2 «МЕТКИЙ СТРЕЛОК»

На линии старта стоит папа, рядом лежат мешочки в количестве 10 шт. От линии старта на расстоянии 4 метра стоит ребенок. Коридор, где стоит ребенок, равен 1 метру. От ребенка на расстоянии 3 метров стоит мама с корзиной.

1. По сигналу судьи первый участник (папа) бросает мешочек ребенку.
2. Ребенок должен поймать мешочек и бросить маме.
3. Мама ловит мешочек корзиной.

Победителем становится команда, показавшая лучший результат (наибольшее количество попаданий в корзину) без учета времени.



Оценка выполнения.

№ п/п	Ошибки	Примечания
1.	Заступ	бросок не засчитывается
2.	Ребенок или мама не поймали мешочек	бросок не засчитывается

Окончательный результат

В протокол заносится количество попаданий в корзину и количество заступов.

Оборудование

1. Задание выполняется на площадке с разметкой для выполнения данного задания, ширина эстафетной дорожки не менее 3,5 метров, длина эстафетной дорожки не менее 10 метров.
2. По периметру площадки должна располагаться зона безопасности шириной не менее 1 метра, полностью свободная от посторонних предметов.
3. Для выполнения задания необходимы мешочки 10 штук весом 150-200 грамм, корзина, клейкая лента.

ЭСТАФЕТА № 3 «САМЫЙ БЫСТРЫЙ»

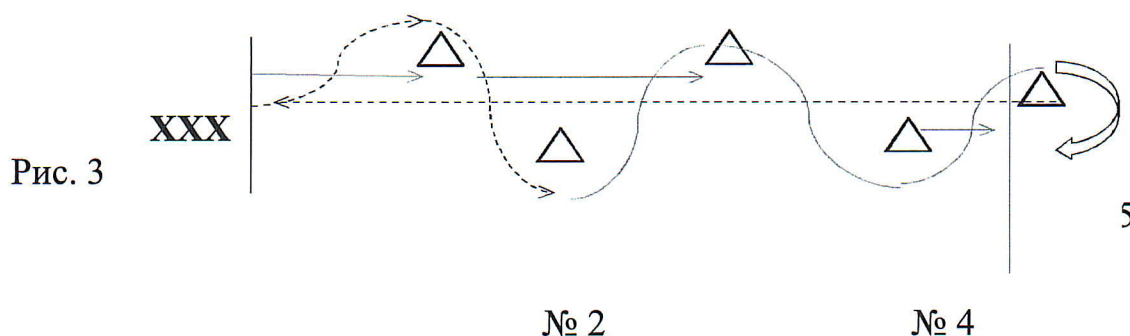
Участники стоят на линии старта в колонне по одному (ребенок, мама, папа). Ребенок сидит на мяче «хоп», мама держит в руках скакалку, папа держит в руках мяч.

По сигналу судьи включается секундомер, и первый участник (ребенок) начинает движение:

1. Ребенок, прыгая на мяче, обходит стойки «змейкой» (стойку №1, стойку № 2, и так далее до стойки № 5). Обойдя последнюю стойку, прыгая на «хопе», возвращается по прямой на стартовую линию. Как только ребенок пересечет стартовую линию, движение начинает второй участник (мама), а ребенок встает в конец колонны.

2. Мама, прыгая через скакалку, обходит «змейкой» (стойку № 1, стойку № 2, и так далее до стойки № 5). Обойдя последнюю стойку, прыгая через скакалку, возвращается по прямой к стартовой линии. Как только мама пересечет стартовую линию, движение начинает третий участник (папа), а мама встает в конец колонны.

3. Папа, выполняя ведение футбольного мяча (постоянный контроль мяча рядом с собой), обводит мяч вокруг конусов «змейкой» (стойку № 1, стойку № 2, и так далее до стойки № 5). Обведя последний конус, возвращается по прямой к стартовой линии, выполняя ведение мяча попеременно правой и левой ногой, внутренней частью стопы. Останавливает мяч ногой на финишной линии.



Примечание: для выполнения данной эстафеты участники могут использовать свой инвентарь. Размер мяча «хоп» должен соответствовать росту ребенка.

Оценка выполнения

№ п/п	Ошибки	Примечания
1.	Заступ	+ 3 с за каждое касание
2.	Касание мяча руками	+ 3 с за каждое касание
3.	Не обошел стойку	+ 3 с за каждое касание
4.	Фальстарт	+ 3 с
5.	Пробежка без вращения скакалки	+ 3 с за каждый шаг
6.	Не остановлен мяч игроком (папой) на финишной линии	+ 10 с
7.	Не выполняет ведение мяча внутренней частью стопы попеременно правой, левой ногой	+ 10 с

Оборудование

1. Задание выполняется на площадке с разметкой для выполнения данного задания, ширина эстафетной дорожки не менее 3,5 метров, длина эстафетной дорожки не менее 12 метров.

2. По периметру площадки должна располагаться зона безопасности шириной не менее 1 метра, полностью свободная от посторонних предметов.

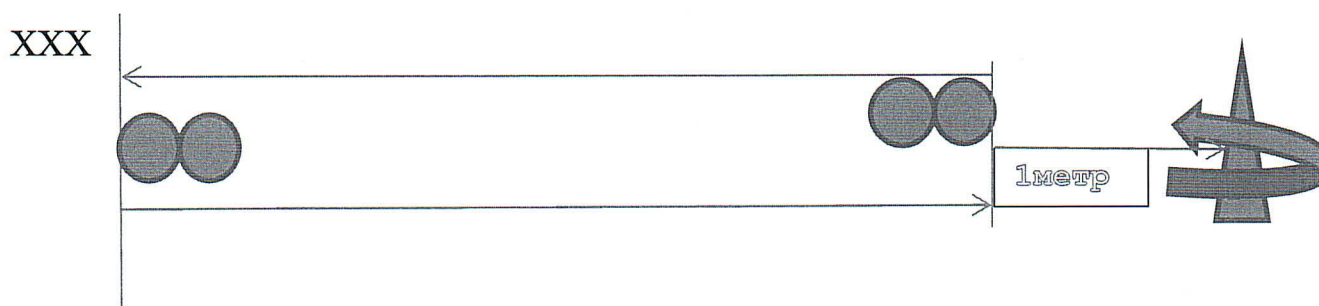
3. Для выполнения задания необходимо мяч «хоп», скакалка, футбольный мяч, конусы (5 шт.) и клейкая лента.

ЭСТАФЕТА № 4 «ПЕРЕПРАВА»

Расстояние от стартовой линии до линии переправы 7 метров, от линии переправы до конуса – 1 метр. За линией старта лежат 2 обруча № 1 и № 2,

а за линией переправы лежат два обруча № 3 и № 4 (диаметр – 50-55 см). Папа и мама стоят в обруче № 1 лицом друг к другу, взявшись за руки.

По сигналу мама и папа, не отпуская рук, перемещаются в обруч № 2, ребенок берет обруч № 1 и переносит его за обруч № 2, присоединяя его вплотную к нему. Папа и мама, не отпуская рук, переходят в обруч № 1, а ребенок переносит обруч № 2 за обруч № 1 и т. д. Дойдя до линии переправы все вместе, держась за руки, (без обручей) оббегают конус, далее от линии переправы в обруч № 3 становятся мама и ребенок лицом друг к другу, сцепив руки. Не расцепляя рук, перемещаются в обруч № 4, папа берет обруч № 3 и переносит его за обруч № 4, присоединяя его вплотную к нему и т. д. Эстафета заканчивается, когда один из обручей касается линии старта и вся семья пересечет финишную линию.



Оценка выполнения:

№ п/п	Ошибки	Примечания
1.	Не оббежали конус	+3с
2.	Мама с папой расцепили руки	+3 с
3.	Мама с ребенком расцепили руки	+3 с
4.	Обручи лежат не вплотную друг к другу	+10 с
5.	Обруч не касается финишной линии или линии переправы	+10 с

Оборудование.

1. Задание выполняется на площадке с разметкой для выполнения данного задания.
2. По периметру площадки должна располагаться зона безопасности шириной не менее 1 метра, полностью свободная от посторонних предметов.
3. Для выполнения задания необходимы два плоских обруча, секундомер.

ЭСТАФЕТА № 5 «ТРОЙНОЙ ПРЫЖОК»

Участники от линии старта по очереди (ребенок, мама, папа) выполняют прыжки в длину с места.

Ребенок выполняет прыжок в длину с места (две попытки). Лучший результат фиксируется на полу.

К зафиксированной линии подходит мама и выполняет прыжок в длину с места (две попытки). Лучший результат фиксируется на полу. К этой линии подходит папа и выполняет прыжок в длину с места (две попытки). Лучший результат фиксируется на полу.

Победителем становится команда, показавшая лучший результат (сумма

прыжков в длину с места ребенка, мамы, папы).

Оценка выполнения

<i>№ п/п</i>	<i>Ошибки</i>	<i>Примечание</i>
1.	Заступ	Прыжок не засчитывается

Примечание: если во время отталкивания при прыжке, участник команды делает продвижение вперед, то рекомендуется поставить участника команды чуть дальше от линии старта, указав на ошибку.

Оборудование

1. Задание выполняется на площадке с разметкой для выполнения данного задания, ширина эстафетной дорожки не менее 2,5 метров, длина не менее 7 метров.

2. По периметру площадки должна располагаться зона безопасности шириной не менее 1 метра, полностью свободная от посторонних предметов.

3. Для выполнения задания необходима рулетка, мел и клейкая лента.