

«УТВЕРЖДАЮ»

Врио Министра спорта
Псковской области

Г.А.Овсова
«__» _____ 2025 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ГБУ ПО «Центр
спортивной подготовки»

А.Б.Сидоров
«__» _____ 2025 г.

ПОЛОЖЕНИЕ

об областных соревнованиях среди семейных команд «Всей семьей»

1. Цели и задачи

Соревнования проводятся в целях:

- привлечения населения к регулярным занятиям физической культурой и спортом;
- пропаганды здорового образа жизни, активного отдыха, совместного досуга взрослых и детей и на этой основе: создание условий для возникновения сильной, дружной и сплоченной семьи.

2. Сроки и место проведения

Соревнования проводятся в 2 этапа:

I этап (муниципальный) – проводится до 15 декабря 2025 года;

II этап (региональный) – 20 декабря 2025 год в городе Пскове.

Начало соревнований в 11.00, приезд – в 10.30, место проведения по назначению.

3. Руководство проведением соревнований

Общее руководство организацией и проведением соревнований осуществляет Министерство спорта Псковской области.

Организация и проведение I (муниципального) этапа возлагается на муниципалитеты.

Организацию и проведение II (регионального) этапа фестиваля осуществляет Министерство спорта Псковской области, непосредственное проведение регионального этапа возлагается на ГБУ ПО «Центр спортивной подготовки» и главную судейскую коллегию (тел. 8 (8112) 20-10-57 доб.13, электронный адрес fsm@csppskov.ru).

4. Участники соревнований

К участию в соревнованиях допускаются семьи из трех человек (папа, мама, ребенок 9-10 лет), по одной семье из каждого муниципалитета, из г. Пскова - 2 семьи (победители муниципальных соревнований).

При себе иметь паспорта родителей, свидетельство о рождении

ребенка.

Участники допускаются только при наличии медицинской справки с указанием установленной группы здоровья (I или II группа).

5. Обеспечение безопасности участников и зрителей.

Медицинское обеспечение.

Обеспечение безопасности участников и зрителей на спортивных соревнованиях осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2014 г. № 353.

Допуск участников к соревнованиям и оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23.10.2020 № 1144н «О Порядке организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

6. Программа соревнований:

Перед началом проведения соревнований каждая команда представляет девиз и название. Командой должна быть определена единая форма одежды.

Общая разминка проводится под музыку в течение 10 мин.

Конкурсы

Эстафета «Челночок» *** В основе эстафеты испытание (тест) комплекса ГТО «Челночный бег» 3 x 10 м. Для проведения эстафеты на полу обозначаются 2 линии на расстоянии 10 м одна от другой. Первым стартует ребенок, пробегает 3 отрезка по 10 метров (челночный бег), передает эстафету маме (мама стартует с противоположной стороны площадки), которая также пробегает 3 отрезка по 10 метров, последним выполняет челночный бег папа.

«Паучок» *** Участники передвигаются спиной по ходу движения из исходного положения сидя на полу, руки на полу, ноги согнуты в коленях, до фишки и обратно. 1 этап – ребенок, 2 этап – мама, 3 этап – папа.

Эстафета комбинированная***

1 этап: ведение футбольного мяча до фишки и обратно

2 этап: бег с теннисной ракеткой, на которой нужно удерживать мяч

3 этап: бег через скакалку до фишки и обратно

Распределение участников по этапам произвольное.

Баскетбол *** Ребенок ведет баскетбольный мяч до фишки, назад – бегом с мячом в руках. Передает эстафету маме. Мама ведет мяч до фишки,

назад – бегом с мячом в руках. Папа, приняв эстафету от мамы, ведет мяч до баскетбольного кольца, выполняет бросок по кольцу (пока не попадет), назад – бегом с мячом в руках.

Прыжок в длину с места толчком двумя ногами - испытание (тест) ВФСК ГТО. Участвует вся семья. Прыгает первый участник команды, с места его приземления прыгает второй участник, с места приземления второго участника прыгает третий. Результат определяется по общей длине прыжков (в см)

Наклон вперед с прямыми ногами, стоя на гимнастической скамье - испытание (тест) ВФСК ГТО. Вся семья по очереди выполняет наклон, стоя на гимнастической скамье. **Результат команды** определяется по сумме результатов всех членов семьи (в см).

Скиппинг (прыжки через скакалку)

2 участника команды вращают скакалку, третий участник прыгает через вращающуюся скакалку. Засчитывается количество прыжков, выполненных за 30 секунд. В процессе выполнения прыжков члены команды могут меняться местами.

7. Определение победителей

Результаты 4 эстафет (помечены звездочками ***) суммируются и определяются места в целом по эстафетной программе.

Итоги командного первенства среди команд-семей определяются по наименьшей сумме очков-мест, полученных в эстафетной программе, а также во всех остальных видах программы. В случае одинакового количества очков у 2 и более команд победитель определяется по наибольшему количеству первых мест, вторых, третьих и т. д.

Результат в каждом виде определяется по лучшему техническому результату.

8. Награждение

Победители и призеры областных соревнований награждаются дипломами, медалями и кубками. Каждой команде вручается памятный приз, как победителю муниципальных соревнований.

9. Финансирование

Финансовое обеспечение I (муниципального) этапа соревнований осуществляется за счет средств бюджетов муниципальных образований.

Финансовое обеспечение II (регионального) этапа - по организации и проведению соревнований несет ГБУ ПО «Центр спортивной подготовки»:

- услуги по предоставлению спортивного зала;
- компенсационные выплаты судьям на питание (ГСК – 3 дня, судьи – 1 день);
- награждение победителей и призеров областных соревнований и победителей муниципального этапа соревнований;
- информационные расходы (баннер) и сувенирная продукция;

Расходы по командированию команд на соревнования - за счет

командирующих организаций.

10. Заявки

Не позднее **15 декабря 2025 г.** необходимо сообщить фамилию семьи-участницы в ГБУ ПО «Центр спортивной подготовки» на электронный адрес fsm@csppskov.ru или по тел. 8(8112)-20-10-57 (13).

На соревнованиях каждая семья-команда предъявляет:

- **паспорта родителей и свидетельство о рождении ребенка;**
- **заявку, заверенную печатью и подписью командирующей организации**
- **на каждого участника: медицинскую справку с указанием установленной группы здоровья (I или II группа, оригинал и копия).**

**Заявка
на участие в областных соревнованиях
среди семейных команд «Всей семьей»**

от _____
(указать муниципалитет или город)

№ п/п	Ф.И.О.	Дата рождения
1	Папа	
2	Мама	
3	Ребенок	

Представитель команды: _____
(Ф.И.О., подпись)

Подпись и печать командирующей организации

Контакты представителя для обратной связи: