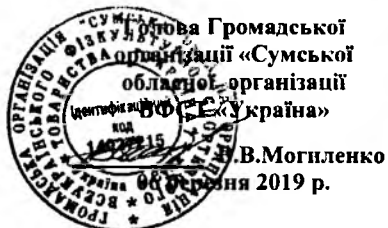


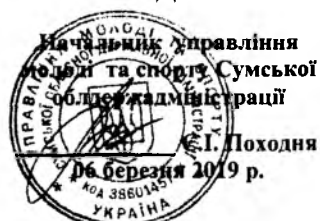
ЗАТВЕРДЖУЮ



ПОГОДЖЕНО



ПОГОДЖЕНО



Регламент

про проведення обласного відкритого чемпіонату «Мама, тато, я – спортивна сім'я» з нагоди Міжнародного дня сім'ї та Міжнародного дня дитини серед сімейних команд галузевих ОК профспілок, КФК, спортклубів і всіх бажаючих сімейних команд ГО «СОО ВФСТ «Україна».

1. Мета заходу

Реалізація Національної стратегії з оздоровчої рухової активності в Україні «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація», формування у населення потреби до занять оздоровчою фізичною культурою в колі сім'ї.

II. Основні завдання

1. Підвищення ролі сім'ї в системі фізичного виховання населення.
2. Організація активного сімейного дозвілля.
3. Популяризація здорового способу життя в колі сім'ї та родині.
4. Спонування батьків на особистому прикладі заохочувати дітей до систематичних занять фізичною культурою і спортом.

III. Термін проведення

Обласний відкритий чемпіонат «Мама, тато, я – спортивна сім'я» проводиться **12 квітня 2019 року** в спортивному залі стадіону «Авангард», вул. Праці, 5.

Приїзд команд учасниць до 10.00 год. Засідання мандатної та суддівської колегії о 10.00 год., урочисте відкриття чемпіонату о 10.30 год., початок - після закінчення урочистого відкриття.

IV. Керівництво проведенням чемпіонату

Загальне керівництво підготовкою та проведенням обласного відкритого чемпіонату здійснює Громадська організація «Сумська обласна організація ВФСТ «Україна», обласні комітети профспілок, відділення НОК України у Сумській області.

Безпосереднє проведення чемпіонату покладається на головну суддівську колегію затверджену Громадською організацією «Сумською обласною організацією ВФСТ «Україна».

V. Учасники чемпіонату

До участі в чемпіонаті допускається необмежена кількість команд від обкомів профспілок, КФК, спортклубів та всі бажаючі сімейні команди. В загальнокомандний залік галузевим ОК профспілки зараховується результат кращої команди. Склад команди 3 особи: мати, батько, дитина - 2008 р.н. та молодші.

Кожна сім'я-учасник змагань повинна мати при собі свідоцтво про народження дитини та змінне взуття.

Заявки завіряються лікарем та головою обкому профспілки, або профкому підприємства, керівником підприємства.

Попередня заявка на участь у змаганнях подається до **9 квітня 2019 р.** за електронною адресою **fst_sumy@ukr.net** Контактний телефон 095 794 76 07, Бобирьова Ніна Григорівна.

VI. Програма чемпіонату

10.00 – засідання суддівської колегії, 10.30 – урочисте відкриття змагань. Після урочистого відкриття змагань дається старт естафет.

Спортивна програма складається з 7 естафет (додаток № 1).

VII Визначення переможців

Команда - переможець визначається за найбільшою сумою очок набраних в естафетах.

В естафетах переможець визначається за найменшим часом витраченим на вправу (по зайнятому місцю - надаються очки згідно таблиці).

При однаковій кількості очок переможець визначається за найбільшою кількістю 1, 2, 3 і т. д. місць в естафетах. Якщо і цей показник однаковий то команди змагаються в додатковій естафеті.

Таблиця нарахування очок в естафетах

Місце (за найменшим часом)	Очки	Місце (за найменшим часом)	Очки
I	50	7	20
II	45	8	15
III	40	9	10
4	35	10-15	5
5	30	16-20	3
6	25	21-25	1

VIII. Нагородження

Команда переможниця та призери обласного відкритого чемпіонату нагороджуються грамотами, медалями, призами та грамотами за участь у змаганнях ГО «СОО ВФСТ «Україна».

Призами нагороджує відділення НОК України у Сумській області.

IX. Фінансування

Витрати по проведенню чемпіонату: оплата суддівської колегії, нагородження переможців і призерів грамотами, медалями, призами і грамотами за участь за рахунок ГО «СОО ВФСТ «Україна».

Нагородження призами за рахунок відділення НОК України у Сумській області.

Всі витрати, пов'язані з відрядженням спортсменів на змагання за рахунок відряджувачих організацій.

Х. Порядок підготовки спортивних споруд та дотримання безпеки учасників і глядачів під час проведення змагань

У відповідності до постанови Кабінету Міністрів України від 18 грудня 1998 р. № 2025 «Про порядок підготовки спортивних споруд та інших спеціально відведених місць для проведення масових спортивних та культурно-видовищних заходів» підготовка спортивних споруд покладається на їх власників.

Забезпечення техніки безпеки при проведенні змагань здійснюється власником спортивної споруди, структурним підрозділом з фізичної культури і спорту органу виконавчої влади за місцем проведення змагань, головним суддею змагань.

На виконання вимог, передбачених цим пунктом, що стали причиною виникнення надзвичайних обставин під час проведення змагань, тягне за собою відповідальність, передбачену законодавством України, на власника спортивних споруд та головного суддю змагань.

Даний регламент є офіційним викликом на чемпіонат.

Додаток № 2

Заявка

(Зразок)

на участь у чемпіонаті "Мама, тато, я – спортивна сім'я" з нагоди
Міжнародного дня сім'ї та Міжнародного дня дитини ГО «СОО ВФСТ «Україна»
від команди _____

12 квітня 2019 р.

м. Суми

№ п/п	Прізвище, ім'я (повністю)	Рік народж. дитини	Місце роботи батьків, навчання дітей	Ідентифікаційний код батька, або матері	Допуск лікаря
1	Бондаренко Сергій	Батько	ОК будівельників		
2	Бондаренко Марина	Мати	«Насосенергомаш»		
3	Бондаренко Богдан	2008	Школа № 17		

До змагань допущено _____ чол. Лікар _____ / _____ /

(підпис, печатка закладу)

Представник команди _____ / _____ /

Голова ОК профспілки, профкому,
директор (начальник)

м.п.

(підпис) (П.І.Б)

(підпис)

Комплексні естафети

Естафета № 1

По дистанції через кожних 2 м стоїть кегля. За

командою «Марш!» учасник веде рукою баскетбольний м'яч зміркою між кеглями від лінії старту до повороту і назад.

Першою стартує мама, дитина, тато.

Естафета закінчується тоді коли тато пересікає лінію старту-фінішу.

Учасник, який не обвів кеглю повертається обводить кеглю і продовжує естафету, при втраті м'яча учасник підбирає м'яч і продовжує естафету з місця де було втрачено м'яча.

Естафета № 2

По дистанції через кожних 2 м стоїть кегля. За

командою «Марш!» учасник веде ногою футбольний м'яч зміркою між кеглями від лінії старту до повороту і назад.

Першою стартує мама, дитина, тато.

Естафета закінчується тоді коли тато пересікає лінію старту-фінішу.

Учасник, який не обвів кеглю повертається обводить кеглю і продовжує естафету, при втраті м'яча учасник підбирає м'яч і продовжує естафету з місця де було втрачено м'яча.

Естафета № 3

По дистанції через кожних 2 м стоїть кегля. За

командою «Марш!» учасник котить фітнес м'яч зміркою між кеглями від лінії старту до повороту і назад.

Першою стартує мама, дитина, тато.

Естафета закінчується тоді коли тато пересікає лінію старту-фінішу.

Учасник, який не обвів кеглю повертається обводить кеглю і продовжує естафету, при втраті м'яча учасник підбирає м'яч і продовжує естафету з місця де було втрачено м'яча.

Естафета № 4

«Хокеїсти»

По дистанції через кожних 2 м стоїть кегля. За командою «Марш!» мама веде ключкою м'яч зміркою між кеглями від лінії старту до повороту і зворотно, передає ключку дитині. Вправу виконує дитина потім батько. Естафета закінчується тоді коли тато пересікає лінію старту-фінішу.

Учасник, який не обвів кеглю повертається обводить кеглю і продовжує естафету, при втраті м'яча учасник підбирає м'яч і продовжує естафету з місця де було втрачено м'яча.

На першому етапі вправу виконує мама, на другому етапі – дитина, на третьому-батько.

Естафета № 5

«Збери врожай»

На старті стоїть команда - мама з кеглями. За командою «Марш!» мама біжить по дистанції і розставляє кеглі, зворотно біжить по прямій торканням передає естафету дитині – дитина біжить і збирає кеглі зворотно біжить по прямій з кеглями, передає кеглі батьку – батько біжить і розставляє кеглі, зворотно біжить і збирає кеглі.

Переможець естафети визначається за кращим часом.

Порядок виконання : I етап – мама, II етап дитина, III етап – батько.

Естафета № 6

«Пролізь крізь обруч»

По дистанції на однаковій відстані лежать гімнастичні обручі.

По команді «Марш!» перший учасник добігає до обруча бере його і пролазить через нього кладе його на місце і біжить до другого обруча повторює вправу з усіма обручами що. розташовані по дистанції, зворотно біжить по прямій лінії

Переможець естафети визначається за кращим часом.

Порядок виконання : I етап – мама, II етап дитина, III етап – батько.

Естафета № 7

«Біг і стрибки зі скакалкою»

На старті стоїть команда - за командою «Марш!» мама біжить по дистанції змієюю між кеглями до повороту бере скакалку і стрибає 10 разів, залишає скакалку і рівно біжить до дитини торканням передає естафету, дитина повторює вправу (тільки робить 10 стрибків без скакалки) передає естафету батьку - батько біжить по дистанції змієюю між кеглями до повороту бере скакалку стрибає 10 разів і рівно біжить, фінішує зі скакалкою.

Переможець естафети визначається за кращим часом.

Порядок виконання : I етап – мама, II етап дитина, III етап – батько.