Утверждаю

Директор МАОУ «СОШ №76»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Лепихина

«\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2018 г.

Положение о проведении спортивно-массового мероприятия:

**ПАПА,МАМА,Я – СПОРТИВНАЯ СЕМЬЯ!!!**

**Цель:** сплочение семей, вовлечение обучающихся в систематические занятия физической культурой и спортом.

**Задачи:**  
1. Развитие у детей интереса к физическим упражнениям через организацию спортивного праздника.  
2. Вовлечение родителей в спортивную жизнь школьника.  
3. Воспитание чувства любви и гордости за свою семью, уважения к родителям.

**Руководство мероприятием:**

Общее руководство осуществляет администрация школы, классные руководители. Проведение эстафет осуществляют учителя физической культуры: Минина Ж.С., Стрижак Е.А.

**Место и время проведения:** спортивный зал

**Награждение:**

Команды награждаются дипломами, призами.

**НОМИНАЦИИ:**

- Папа + ребенок

- Мама + ребенок

- Папа + мама + ребенок

**Обязательные конкурсы**

1. Станция – Общий прыжок в длину
2. Станция – Дартс ( каждый участник выполняет по 3 броска дротиком в мишень. Результат суммируется.)
3. Баскетбол для пап и мам ( за 1 мин. выполнить максимальное кол-во попаданий в кольцо)
4. Прыжки на скакалке ( каждый член семьи прыгает 20 секунд. Результат суммируется)
5. Снайпер (ребенок держит корзинку, а папа и мама на расстоянии закидывают в неё теннисные мячи за 1 минуту)

**ВЕСЁЛЫЕ СТАРТЫ (ВНЕ КОНКУРСА)**

**Быстрые ноги**

Участники каждой команды строятся за общей линией старта в колонну по одному, в руках у направляющих эстафетные палочки. По сигналу направляющий в колонне выбегает из-за стартовой линии, бежит по прямой до поворотной стойки, обегает ее, возвращается к своей команде и передает эстафетную палочку следующему участнику, а сам становится в конец своей команды.

**Конкурс «Перейди болото»** каждому участнику выдаются 2 листа бумаги – кочки. Надо пройти пути по кочкам.

**«Поход по магазинам»** конкурс для мам и их детей. На скакалке преодолеть заданное расстояние.

**«Художественная гимнастика»** - конкурс для мам: по сигналу мамы катят обруч вперед до поворотного конуса; обойдя конус, двигаются обратно, вращая обруч на поясе. Выигрывает команда, мама которой первой закончила эстафету.

**«Бег пингвинов»:** ребёнок, зажав волейбольный мяч между колен, прыгает до поворотного конуса, обежав его, бегом передает мяч папе, затем маме. В случае потери мяча подобрать его и продолжать соревнование. Побеждает команда, раньше закончившая эстафету.

**«На кухне».** Эстафета с воздушным шариком и ракеткой.

**«Тоннель».** Участники преодолевают препятствия через обручи.