

УТВЕРЖДАЮ

Директор Санкт-Петербургского
государственного автономного
учреждения «Центр подготовки
спортивных сборных команд
Санкт-Петербурга»



С.В.Веткин
«16» 09 2022 г.



СОГЛАСОВАНО

Временно исполняющий
обязанности председателя
Комитета по физической культуре
и спорту



А.А.Хорт
«16» 09 2022 г.



ПОЛОЖЕНИЕ о проведении Фестиваля «Папа, мама, я – спортивная семья» IV ЭТАП

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Фестиваль «Папа, мама, я – спортивная семья» (далее – Фестиваль) проводится в соответствии с Календарным планом официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Санкт-Петербурга на 2022 год (раздел: «Физкультурные мероприятия среди смешанных возрастных групп населения»).

Фестиваль проводится в целях физического воспитания и физического развития жителей Санкт-Петербурга.

Главными задачами проведения Фестиваля являются:

формирование здорового образа жизни, привлечение к регулярным занятиям физической культурой и спортом семей Санкт-Петербурга;

формирование общественного мнения о социальной значимости развития физической культуры и спорта в Санкт-Петербурге;

увеличение числа граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом в Санкт-Петербурге;

профилактика всех форм зависимости среди жителей Санкт-Петербурга средствами физической культуры.

2. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

Дата проведения – 24 сентября 2022 года.

Место проведения: Санкт-Петербург, г. Кронштадт, Цитадельское ш., д. 14 (Всесезонный учебно-спортивный палаточный комплекс «Лагерь настоящих героев»).

3. ОРГАНИЗАТОРЫ ФИЗКУЛЬТУРНОГО МЕРОПРИЯТИЯ

Общее руководство и контроль за организацией Фестиваля осуществляет Комитет по физической культуре и спорту (далее – Комитет).

Полномочия Комитета по организации и проведению Фестиваля в соответствии с государственным заданием на оказание государственных услуг (выполнение работ) на текущий календарный год осуществляются Санкт-Петербургским государственным автономным учреждением «Центр подготовки спортивных сборных команд Санкт-Петербурга» (далее – СПб ГАУ «Центр подготовки»).

Непосредственное проведение Фестиваля осуществляет подрядная организация, с которой заключен договор, в соответствии с законодательством Российской Федерации, с учетом положений Гражданского кодекса Российской Федерации, Федерального закона от 18.07.2011 г. № 223-ФЗ «О закупках товаров, работ, услуг отдельными видами юридических лиц».

4. ТРЕБОВАНИЕ К УЧАСТНИКАМ ФИЗКУЛЬТУРНОГО МЕРОПРИЯТИЯ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА

К участию в Фестивале допускаются семейные команды следующих категорий:

- малая семейная команда: один взрослый (мама, папа, бабушка или дедушка) один ребенок 2008 - 2011 г.р.;

- малая семейная команда: один взрослый (мама, папа, бабушка или дедушка) один ребенок 2012 - 2015 г.р.;

- большая семейная команда: мама, папа, один ребенок 2008 - 2011 г.р.

- большая семейная команда: мама, папа, один ребенок 2012 - 2015 г.р.

От каждого района Санкт-Петербурга допускается 4 семьи (по 1 семье в каждой категории).

Каждый участник может выступать только за одну семейную команду. Участие в Фестивале иных лиц не допускается.

Командам рекомендовано иметь единую спортивную форму и запасной комплект формы и обуви на случай неблагоприятных погодных условий.

Команды допускаются к участию в Фестивале в соответствии с поданными заявками.

5. ПРОГРАММА ФИЗКУЛЬТУРНОГО МЕРОПРИЯТИЯ

10:00 – регистрация участников Фестиваля;

11:45 – официальное открытие Фестиваля;

12:00 – старт соревновательной части Фестиваля;

17:30 – подведение предварительных результатов Фестиваля;

17:45 – церемония награждения и закрытие Фестиваля.

Фестиваль состоит из 3 этапов:

I этап – полоса препятствий;

II этап – беговая эстафета;

III этап – комплекс ОФП

Согласно жеребьевке, команды будут разделены на «волны», в каждой «волне» стартует по 4 команды. На прохождение каждого этапа командам дается 7 минут, на переход к следующему этапу 3 минуты.

Старт волн происходит каждые 10 минут.

I этап – Комплекс ОФП

Передача эстафеты производится касанием рукой любой части тела следующего участника. Время на выполнение комплекса 7 мин.

Комплекс ОФП состоит из следующих упражнений:

- Memory test: со стартовым свистком команде показывается код из 6 знаков, состоящий из букв и цифр. В конце комплекса ОФП команда должна повторить 6 знаков последовательно. В случае правильного повторения команде добавляется 5 повторений, либо уменьшается время команды на 10 секунд в зависимости от того, успели или нет закончить комплекс до окончания лимита времени;

- 10 повторений упражнения «Перекат мяча» на команду. Участники становятся рядом друг с другом в исходное положение «упор лежа на вытянутых руках», далее перекачивают мяч с одной стороны на другую.

Для участников малых семейных команд:

- «Тачки». Исходное положение: один участник становится в упор на руки лежа, второй участник берет его за две ноги. Необходимо в таком положении перекачивать мяч заданное количество метров. Каждый участник повторяет перекачку мяча по-очереди.

- 20 air-приседаний на команду (10 взрослых + 10 ребенок). Участник из положения стоя приседает до положения ниже параллели и выпрыгивает вверх, и возвращается в исходную позицию. Каждый участник должен выполнить хотя бы одно повторение.

- 20 Jumping Jacks (10 взрослых + 10 ребенок). Участникам из положения стоя необходимо выпрыгнуть вверх и сделать хлопок руками над головой, параллельно с этим развести ноги на ширину плеч при приземлении, затем подпрыгнуть и сделать хлопок руками за спиной, а ноги свести вместе.

- 20 полуберпи (10 взрослых + 10 ребенок). Участникам на команду необходимо выполнить 20 полуберпи. Участник из положения стоя принимает положение упор лежа на вытянутых руках, затем возвращается в исходную позицию и делает хлопок над головой. Каждый участник должен выполнить хотя бы одно повторение.

- «Кочки». Участнику необходимо прыжками преодолеть «кочки» из дисков и вернуться назад. Каждый участник повторяет упражнение по-очереди.

Для участников больших семейных команд:

- «Гачки». Исходное положение: один участник становится в упор на руки лежа, двое других участников берут его за ноги. Необходимо в таком положении перекатывать мяч заданное количество метров. Каждый участник повторяет перекат мяча по-очереди.

- 30 air-приседаний на команду (10 папа + 10 мама + 10 ребенок). Участник из положения стоя приседает до положения ниже параллели и выпрыгивает вверх, и возвращается в исходную позицию. Каждый участник должен выполнить хотя бы одно повторение.

- 30 Jumping Jacks (10 папа + 10 мама + 10 ребенок). Участникам из положения стоя необходимо выпрыгнуть вверх и сделать хлопок руками над головой, параллельно с этим развести ноги на ширину плеч при приземлении, затем подпрыгнуть и сделать хлопок руками за спиной, а ноги свести вместе.

- 30 полуберпи (10 папа + 10 мама + 10 ребенок). Участникам на команду необходимо выполнить 30 полуберпи. Участник из положения стоя принимает положение упор лежа на вытянутых руках, затем возвращается в исходную позицию и делает хлопок над головой. Каждый участник должен выполнить хотя бы одно повторение.

- «Кочки». Участнику необходимо прыжками преодолеть «кочки» из дисков и вернуться назад. Каждый участник повторяет упражнение по-очереди.

- 30 прыжков через канат на команду. Два участника крутят канат, один участник прыгает.

*на усмотрение организаторов комплекс может быть скорректирован до старта первой волны команд, о чем дополнительно сообщается участникам Судейской коллегией.

II этап – Беговая эстафета состоит из 3 этапов. Каждому участнику необходимо преодолеть 10 отрезков по 10 метров челночным бегом и передать эстафету следующему участнику команды хлопком руки по любой части тела, принимающего эстафету. Добегаая до конца отрезка участнику необходимо всей стопой пересечь линию. Итоговый результат команды считается по финишу бегового этапа последним участником команды.

III этап – Полоса препятствий

Членам команды необходимо преодолеть полосу препятствий за минимальный отрезок времени. На прохождение каждого этапа полосы препятствий участнику дается две попытки, возможно помогать участникам команды. В случае не преодоления одним или несколькими участниками команды отдельного этапа полосы препятствий начисляется штраф равный 30 секундам за каждого члена команды, не преодолевшего отдельный этап полосы препятствий.

Этапы полосы препятствий:

- наклонная стена;
- вертикальные заборы;
- скейт;
- скалодром;
- рукоход (турники);
- баланс;
- переход по сетке;
- гимнастические брусья; *
- забор со сложными перилами;
- рукоход (кольца);
- барьеры;
- тоннель из труб;

Финишем считается удар в колокольчик одним из участников команды после того, как все члены команды преодолели последний этап полосы препятствий.

* Гимнастические брусья проходит только большая семейная команда. Полностью препятствие проходит Папа, маме достаточно дойти до отметки, которая установлена на середине, ребенок не проходит препятствие.

6. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ

Победители и призеры Фестиваля определяются по наименьшей сумме баллов, набранных на 3 этапах программы.

1 место = 1 балл, 2 место = 2 балла, 100 место = 100 баллов

7. НАГРАЖДЕНИЕ

Команды, занявшие 1-3 места награждаются памятными призами и дипломами, участники команд награждаются памятными призами (медалями).

Команды участники награждаются дипломами.

8. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ

Расходы по организации и проведению Фестиваля, а именно предоставление автобуса, оказание медицинских услуг по общепрофильной скорой медицинской помощи с использованием автомобиля скорой медицинской помощи класса «В» или выше; оплата работы инструкторов и фотографа; услуги по регистрации участников; услуги по предоставлению системы электронного хронометража; услуги по обеспечению участников транспондерами; подготовка и обслуживание места проведения мероприятия (в т.ч. предоставление необходимого инвентаря и оборудования (наклонная стена, вертикальные заборы, скалодром, рукоход (турники), баланс, переход по сетке, гимнастические брусья, забор со сложными перилами, рукоход (кольца), тоннель из труб), услуги рабочих; сценическая конструкция (в том числе доставка, монтаж, демонтаж); предоставление комплектов звукового оборудования 2 кВт, в том числе доставка, монтаж, демонтаж, услуги рабочих; предоставление навигационных указателей, в том числе доставка, монтаж, демонтаж, услуги рабочих, фотозона (пресс-волл 4х2,5м), в том числе доставка, монтаж, демонтаж, услуги рабочих; предоставление флажштоков Виндер, в том числе изготовление флагов, в том числе доставка, монтаж, демонтаж, услуги рабочих; предоставление машишек для инструкторов с нанесением; предоставление нагрудных номеров для участников; услуги по видеосъемке в т.ч. предоставление оборудования, работа оператора, монтаж видеоролика), изготовление 2х видеороликов (хронометраж 1 мин. и 3 мин.) в т.ч. услуги по аэросъемке (аренда квадрокоптера, пульты управления, работа оператора); услуги административно-постановочной группы по организации и проведению церемоний открытия и закрытия, сопровождения мероприятия, творческой программы (режиссер, ведущий, ди-джей); организация интерактивных зон для участников, в том числе доставка, монтаж, демонтаж необходимого оборудования, услуги рабочих; вода питьевая для участников соревнований, бут. 0,5 по 2 бут. на участника; питание участников (полевая кухня); ложки столовые, одноразовые (пластик, уп.-100 шт.); тарелки одноразовые (пластик, уп.-100 шт.), уп.; стаканы пластиковые, одноразовые (100 мл, прозрачный, уп.-100 шт.); предоставление браслетов для участников, шт.; футболки с нанесением изображения, шт.; зонты-трость с нанесением изображения, шт.; холщовый рюкзак с нанесением изображения, шт.; бумажные пакеты с нанесением изображения, шт.; памятные призы (командные, личные); дипломы и отчетный альбом осуществляются за счет средств субсидии СПб ГАУ «Центр подготовки» на финансовое обеспечение выполнения государственного задания на оказание государственных услуг (выполнение работ).

9. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ, МЕДИЦИНСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23.10.2020 № 1144 Н «Об утверждении порядка 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 (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях.

Каждый участник должен иметь действующий медицинский допуск.

10. ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ

Заявки на участие в Фестивале оформляются в соответствии с Приложением (обязательно заполняются все графы заявки).

Предварительные заявки на участие в Фестивале подаются до **22.09.2022** на электронную почту poljakovaib@kfis.gov.spb.ru, в копии sm4@kfis.gov.spb.ru.

В комиссию по допуску участников в день проведения Фестивала каждая команда предъявляет следующие документы:

- оригинал заявки;
- документ, удостоверяющий личность (паспорт, свидетельство о рождении);
- медицинский допуск (в случае отсутствия визы врача в заявке).

Комиссия по допуску участников контролирует правильность заполнения заявки на участие, проверяет подлинность документов участников.

После успешного прохождения комиссии по допуску участников, все участники Фестивала получают стартовый пакет участника (футболка, зонтик, холщевый рюкзак, бутылка для воды).

ЗАЯВКА
на участие в Фестивале «Папа, мама, я – спортивная семья»

_____ (наименование района Санкт-Петербурга)

№ п/п	Ф.И.О. (полностью)	Дата рождения ребенка	Виза врача
1	Малая семейная команда: один взрослый (мама, папа, бабушка или дедушка) один ребенок 2008 - 2011 г.р.		
2	Малая семейная команда: один взрослый (мама, папа, бабушка или дедушка) один ребенок 2012 - 2015 г.р.		
3	Большая семейная команда: мама, папа, один ребенок 2008 - 2011 г.р.		
4	Большая семейная команда: мама, папа, один ребенок 2012 - 2015 г.р.		

Итого допущено _____ человек

Врач _____ (Фамилия, имя отчество, печать)

Представитель команды: _____

_____ (Фамилия, имя отчество, контактный телефон (мобильный))