

УТВЕРЖДАЮ  
Первый заместитель  
Министра спорта и туризма  
Республики Беларусь

В.В. Дурнов  
2019

## ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении республиканского фестиваля  
здорового образа жизни "Мама, папа, я –  
здоровая семья"

### 1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Республиканский фестиваль здорового образа жизни "Мама, папа, я – здоровая семья" (далее – фестиваль) проводится в соответствии с республиканским календарным планом проведения спортивно-массовых мероприятий на 2019 год, утвержденным приказом Министра спорта и туризма Республики Беларусь от 29 декабря 2018 г. № 682.

### 2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ

Фестиваль проводится с целью повышения эффективности привлечения детей и взрослых к активным занятиям физической культурой и спортом.

Задачи фестиваля:

- развитие у детей интереса к физическим упражнениям через организацию спортивного праздника;
- вовлечение родителей в спортивную жизнь детей;
- выявление лучших команд;
- пропаганда здорового образа жизни;
- дальнейшая популяризация и развитие массовых форм физической культуры;
- повышение престижности здоровья семьи как национального богатства государства.

### 3. РУКОВОДСТВО ПРОВЕДЕНИЕМ

Общее руководство организацией и проведением фестиваля осуществляется Министерством спорта и туризма Республики Беларусь (далее – Минспорт), ГУ "Республиканский учебно-методический центр физического воспитания населения".

Обеспечение фестиваля возлагается на ГУ "Белспортобеспечение", непосредственное проведение соревнований – на главную судейскую коллегияю (далее – ГСК), в составе главного судьи, главного секретаря и двух членов ГСК.

двух членов ГСК.

Представители (руководители) команд несут персональную ответственность за обеспечение явки участников на церемонии открытия и закрытия фестиваля, выхода участников на старт, дисциплины и порядка среди участников в местах соревнований и проживания.

#### **4. СРОКИ, МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ, УЧАСТНИКИ ФЕСТИВАЛЯ**

Соревнования проводятся с **7 по 9 июня 2019 г.** в г.Бресте.

День приезда команд – 7 июня до 13.00.

В соревнованиях принимают участие сборные команды областей и г.Минска, занявшие 1, 2, 3-е места в возрастных категориях по итогам областных соревнований и соревнований г.Минска.

Состав сборной команды – 29 человек (27 участников, 1 руководитель и 1 представитель), из них:

папа, мама и 1 ребенок 6 – 8 лет (2011 – 2013 г.р.);

папа, мама и 1 ребенок 9 – 11 лет (2008 – 2010 г.р.);

папа, мама и 1 ребенок 12 – 14 лет (2005 – 2007 г.р.).

Возраст родителей не ограничен.

Возраст детей определяется на день начала фестиваля.

Число мальчиков и девочек устанавливается по решению лиц, ответственных за формирование сборной команды.

Семьи, где более одного ребенка, имеют право принять участие в одном и том же виде с другим ребенком не ранее чем через пять стартов. В каждой возрастной группе допускается не более трех семей. Ответственность за комплектование и представительство сборных команд несут управления спорта и туризма облисполкомов, Минского горисполкома.

#### **5. ПОРЯДОК И СРОКИ ПОДАЧИ ЗАЯВОК**

К соревнованиям допускаются участники, прошедшие медицинский осмотр и имеющие допуск (справку) о состоянии здоровья, заверенный подписью и печатью врача и учреждения здравоохранения.

Каждый участник обязан иметь при себе документ, подтверждающий его возраст и удостоверяющий личность.

Предварительные заявки на участие в соревнованиях подаются по электронной почте: [rumc@tyt.by](mailto:rumc@tyt.by) до 01 июня 2019 г.

Информация по организации и проведению фестиваля:

**Округ Олеся Валентиновна тел. +375 29 726 70 12.**

По прибытии руководитель делегации подает в ГСК заявку по прилагаемой форме с обязательным представлением медицинской справки или допуска учреждения здравоохранения на каждого участника.

Представитель команды осуществляет координацию деятельности

команды на фестивале и связь команды с ГСК, представляет команду на заседаниях ГСК с правом совещательного голоса.

## **6. ПРОГРАММА ФЕСТИВАЛЯ, УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ**

Государственный физкультурно-оздоровительный  
комплекс Республики Беларусь

### **Подтягивание**

Соревнования личные, проводятся среди пап.

Подтягивание на высокой перекладине выполняется из исходного положения: вис хватом сверху, кисти рук на ширине плеч, руки, туловище и ноги выпрямлены, ноги не касаются пола, ступни вместе.

Участник подтягивается так, чтобы подбородок поднялся выше грифа перекладины, затем опускается в вис и, зафиксировав исходное положение на 0,5 секунды, продолжает выполнение упражнения. Засчитывается количество правильно выполненных попыток.

Ошибки (попытка не засчитывается):

- 1 – подтягивание рывками или с махами ног (туловища);
- 2 – подбородок не поднялся выше грифа перекладины;
- 3 – отсутствие фиксации на 0,5 секунды исходного положения;
- 4 – поочередное сгибание рук.

Определяется лучший личный результат, который засчитывается как командный (по возрастной группе детей).

### **Прыжки в длину с места**

Соревнования личные, проводятся среди мам.

Участник принимает исходное положение: ноги на ширине плеч, ступни параллельно, носки ног перед линией отталкивания. Одновременным толчком двух ног выполняется прыжок вперед. Мах руками допускается. Измерение производится по перпендикулярной прямой от места отталкивания любой ногой до ближайшего следа, оставленного любой частью тела участника. Предоставляется три попытки. Определяется лучший результат, который засчитывается как командный (по возрастной группе детей).

Ошибки (попытка не засчитывается):

- 1 – заступ за линию отталкивания или касание ее;
- 2 – выполнение отталкивания с предварительного подскока;
- 3 – отталкивание ногами поочередно.

### **Сгибание и разгибание рук из положения лёжа (мама)**

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа выполняется из исходного положения: упор лежа на полу, руки на ширине плеч, кисти вперед, локти разведены не более чем на 45 градусов, плечи, туловище и ноги составляют прямую линию. Стопы упираются в пол без опоры.

Сгибая руки, необходимо коснуться грудью пола (или контактной

платформы высотой 5 см.), затем, разгибая руки, вернуться в исходное положение и, зафиксировав его на 1 сек., продолжить выполнение упражнения.

### **Фигурное вождение самоката (дети всех возрастов)**

1-й этап – ”змейка“, необходимо на самокате объехать 8–10 фишек (15 метров);

2-й этап – ”круг“, после ”змейки“ доехать до круга диаметром 5 метров, объехать его;

3-й этап – ”коридор“, после ”круга“ подъехать к выложенному на земле деревянными брусками коридору шириной 20 см и длиной 10 м, отправиться на финиш. На этапе «змейки» за каждую сбитую фишку начисляется 10 штрафных секунд. Первой выполняет задание мама, затем ребенок. Победитель определяется по сумме лучшего времени прохождения дистанции мамой и ребенком.

### **Метание мяча (дети всех возрастов)**

Метание мяча производится от прямой планки в размеченный участок – коридор. Линия шириной 7 см и длиной 4 м ограничивает место метания. По обе стороны линии устанавливаются флажки красного цвета. Коридор имеет ширину 10 м. Броски засчитываются только в том случае, если снаряд приземляется в пределах коридора.

### **Челночный бег 4 x 9 метров (дети всех возрастов)**

Участник, не наступая на стартовую линию, принимает положение высокого старта. По команде (с одновременным включением секундомера) участник бежит до линии ”Финиш“, касается ее рукой, возвращается к линии ”Старт“, касается ее и преодолевает последний отрезок без касания линии ”Финиш“ рукой. Секундомер фиксирует время в момент пересечения линии ”Финиш“.

Определяется лучший личный результат, который засчитывается как командный (по возрастной группе детей).

### **Стритбол**

Соревнования командные. Состав команды 3 человека: мама, папа, ребенок 12 – 14 лет.

Соревнования проводятся на открытой площадке по олимпийской системе согласно действующим правилам стритбола. Определяется лучшая команда, результат которой засчитывается в общий зачет.

### **Стрельба из пневматической винтовки**

Соревнования командные. Состав команды 2 человека: мама, папа. Упражнение выполняется из положения стоя, дистанция 10 метров. Количество выстрелов – 3 пробных, 5 зачетных по мишени с черным кругом. Определяется лучший результат среди мужчин и женщин отдельно по наибольшему количеству выбитых очков. Суммируются лучшие результаты папы и мамы, по которым определяется место семьи

без разбивки по возрастным группам детей.

### **Дартс (папы)**

Соревнования личные. Проводятся среди пап всех возрастных групп в упражнении "Большой круг". Цель – набрать максимальное количество очков. В секторы мишени поражаются по порядку их номеров. Очки набираются попаданием в секторы с 1-го по 20-й, а также в центр мишени. При этом подсчет очков ведется в соответствии с "ценностью" каждого сектора (как в игре "501"). Игра начинается с первого сектора – два и три очка соответственно. После трех бросков в первый сектор очки суммируются, и участники переходят к броскам во второй сектор. Когда пройдены все секторы с 1-го по 20-й, игроки кидают три дротика в центр мишени. При попадании в зеленое кольцо начисляются 25 очков, в красное ("Bul") – 50 очков.

### **Туристическая эстафета**

Состав команды: папа, мама, ребенок. Дистанция 30 метров.

1-й этап – ребенок с пустым рюкзаком бежит к маме;

2-й этап – мама берет рюкзак и складывает в него разложенные предметы (мячики, воланчики, ракетки для настольного тенниса), вместе с ребенком они бегут к папе;

3-й этап – папа забирает рюкзак у мамы, семья бежит к следующему этапу;

4-й этап – из разбросанных щепок и веток необходимо сложить кострище высотой до 20 см, затем все бегут на линию финиша.

## **7. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ И НАГРАЖДЕНИЕ**

Общекомандное первенство среди областей определяется по наименьшей сумме очков – мест, набранных семьями всех возрастных групп во всех видах программы.

В общекомандный зачет областям идут лучшие результаты семей (по одной семье в каждой возрастной группе во всех видах программы).

При равенстве очков у двух и более команд преимущество отдается лучшему результату в туристической эстафете возрастной группы детей 6–8 лет.

Команда области, занявшая в общекомандном первенстве первое место, награждается кубком, дипломом Минспорта первой степени.

Команды, занявшие второе и третье места, награждаются дипломами Минспорта соответствующих степеней.

Семья, занявшая в общекомандном зачете в каждой возрастной группе первое место, награждается кубком, дипломом Минспорта первой степени.

Семьи, занявшие второе и третье места, награждаются дипломами

Минспорта соответствующих степеней.

Семьи, занявшие первые места в отдельных видах программы, в каждой возрастной группе награждаются дипломом I степени, члены команды – дипломами, медалями, призами Минспорта в денежной форме.

Семьи, занявшие вторые и третьи места, награждаются дипломами соответствующих степеней, члены команды – дипломами, медалями соответствующих степеней Минспорта.

В личных видах соревнований участники, занявшие первые места, награждаются дипломами первой степени, медалями, призами в денежной форме; занявшие вторые и третьи места – дипломами, медалями соответствующих степеней Минспорта.

## 8. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ

**Министерство спорта и туризма** осуществляет оплату:

- питания и работы судей;
- проезда и проживания иногородних судей;
- транспортных расходов (машина скорой помощи с бригадой, микроавтобус для судей);
- работы медицинского персонала;
- канцелярских и типографских расходов;
- проживания участников и представителей;
- питания участников и представителей;
- награждения победителей и призеров (призов в денежной форме, дипломов, медалей, кубков);
- услуг спортсооружений, возмещения коммунальных и эксплуатационных расходов;
- проката спортивного инвентаря.

**Направляющие организации** осуществляют оплату:

- проезда к месту и обратно участников и представителей;
- суточных в пути.

Направляющие организации обеспечивают экипировкой участников, представителей команд.

## 9. ПОРЯДОК ПОДАЧИ ПРОТЕСТОВ И ИХ РАССМОТРЕНИЕ

Представитель сборной команды может опротестовать результат соревнований в случае нарушения правил соревнований или судейских ошибок, повлекших существенные изменения в определении личных или командных мест, а также в случае неправильного допуска сборных команд или отдельных участников к данным соревнованиям.

Протест главному судье соревнований подается представителем сборной команды в письменной форме в течение одного часа после окончания вида программы соревнований.

Протесты рассматриваются ГСК.

Несвоевременно поданные протесты не рассматриваются.

**Данное Положение является официальным вызовом для участия в фестивале.**

