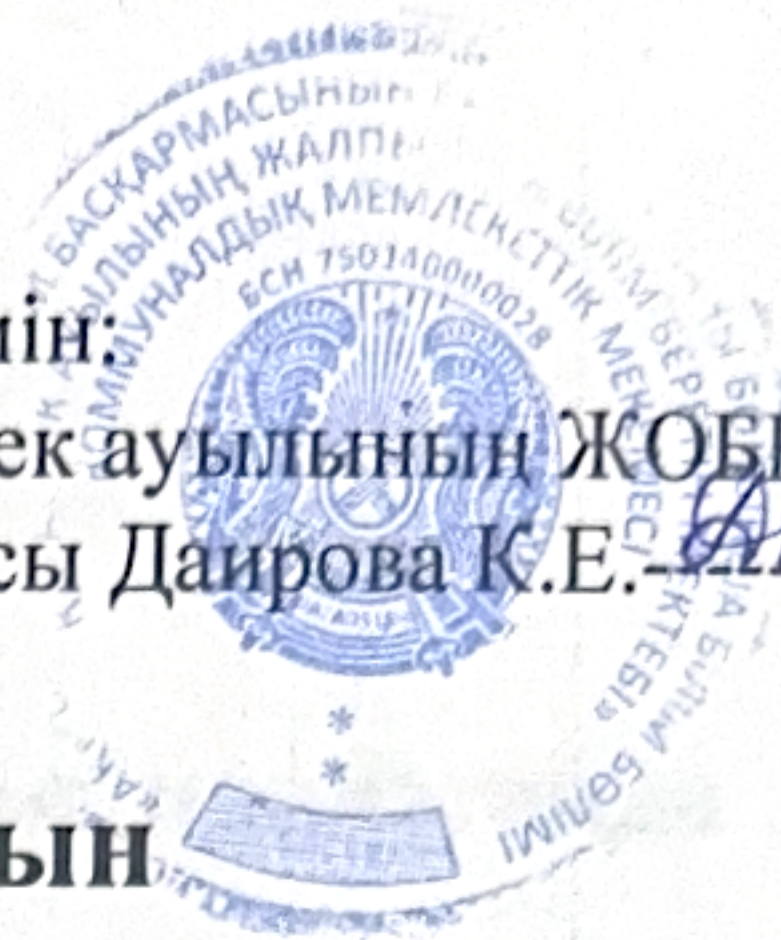


Бекітемін:
Қараөзек ауылының ЖОББМ
басшысы Даирова К.Е.



«Әкем және мен» спорттық ойын ережесі

Мақсаты: Әке мен бала арасындағы байланысты нығайту, салауатты өмір салтын насихаттау.

Қатысушылар: Әке мен бала (1 команда – 2 адам).

Өтетін орны: Мектеп спорт залы немесе ашық алаң.

Жалпы ережелер:

- Әр команда барлық кезеңдерге қатысуы міндетті.
- Ойын әділдік пен достық қарым-қатынас негізінде өтеді.
- Қауіпсіздік техникасы сақталуы тиіс.
- Әр кезең уақытпен немесе ұпаймен бағаланады.
- Төрешілер шешімі өзгертілмейді.

Сайыс кезеңдері:

1. «Жылдамдық эстафетасы»- доппен немесе белгі арқылы жүгіру
2. «Кедергілерден өту» - түпрлі жаттығулар арқылы кедергіден өту
3. « Нысанаға дәлдік» - допты белгіленген жерге лақтыру
4. « Арқан тарту» - командалық күш сынасу
5. « Көңілді тапсырма» -шығармашылық немесе ойын элементтері

Бағалау:

- Әр кезең бойынша ұпай беріледі.
- Ең көп ұпай жинаған команда жеңімпаз болады.

Марапаттау: Жеңімпаздар мен қатысушылар дипломдармен марапатталады.

Правила спортивной игры «Папа и я»

Цель: Укрепление отношений между отцом и ребенком, пропаганда здорового образа жизни.

Участники: Отец и ребенок (1 команда – 2 человека).

Место проведения: Спортивный зал или открытая площадка.

Общие правила:

Каждая команда участвует во всех этапах.

Игра проходит честно и дружелюбно.

Соблюдение техники безопасности обязательно.

Этапы оцениваются по времени или баллам.

Решение судей окончательное.

Этапы соревнования:

Скоростная эстафета

Полоса препятствий

Меткость

Перетягивание каната

Весёлое задание

Оценивание: Побеждает команда с наибольшим количеством баллов.

Награждение: Участники награждаются дипломами.