

Принято
на педагогическом совете
МБОУ Краснокаменской СОШ № 4
Протокол № 9
от «15» января 2025г.



Утверждаю.
Директор МБОУ
Краснокаменской СОШ № 4
И.В. Каминская
Приказ № 8
от «16» января 2025г.

ПОЛОЖЕНИЕ
о школьном этапе Всероссийских спортивных соревнований
школьников «Президентские состязания»

Всероссийские спортивные соревнования школьников «Президентские состязания» (далее - Президентские состязания) проводятся ежегодно в соответствии с приказом Министерства образования и науки Российской Федерации и Министерства спорта и туризма Российской Федерации от 27.09.2010г. № 966/1009 «Об утверждении Порядка проведения Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» (зарегистрирован Минюстом России 16.11.2010г. № 18976).

1. Цели и задачи проведения Президентских состязаний

Основными целями и задачами Президентских состязаний являются:

- пропаганда здорового образа жизни, формирование позитивных жизненных установок подрастающего поколения, гражданское и патриотическое воспитание учащихся;
- определение уровня двигательной активности учащихся, степени их вовлеченности в занятия физической культурой и спортом, наличия установок и навыков здорового образа жизни.
-

2. Организация Президентских состязаний

Ответственными за проведение школьного этапа Президентских состязаний является администрация МБОУ Краснокаменской СОШ №4 (далее – Учреждения). Контроль осуществляют органы местного самоуправления в сфере образования и в области физической культуры и спорта.

Проведение Президентских состязаний необходимо освещать в СМИ муниципального образования (газеты, журналы, сайты, радио, телевидение).

Во время проведения Президентских состязаний рекомендуется использование логотипа Президентских состязаний.



ПРЕЗИДЕНТСКИЕ
СОСТЯЗАНИЯ

3. Места и сроки проведения Президентских состязаний

Президентские состязания проводятся после окончания уроков, в спортивном зале Учреждения. Сроки проведения: сентябрь – май учебного года.

4. Участники Президентских состязаний

В школьном этапе Президентских состязаний принимают участие команды от каждого класса с 1 по 11. Президентские состязания проводятся между классами.

Руководителем и ответственным за проведение школьного этапа Президентских состязаний являются учителя физической культуры Учреждения.

5. Условия организации и проведения Президентских состязаний

1. Школьный этап Президентских состязаний на основе единых упражнений проводится с учащимися, допущенными к занятиям по физической культуре. В школьном этапе Президентских состязаний принимают участие учащиеся с 1 по 11 классы Учреждения. От каждого класса для участия в соревнованиях выставляется команда, и классный руководитель.

2. Сроки и форма проведения школьного этапа Президентских состязаний определяются соответствующим организационным комитетом самостоятельно и утверждаются его председателем.

3. По итогам школьного этапа Президентских состязаний проводится муниципальный этап.

4. Программа школьного этапа Президентских состязаний обязательно включает спортивное многоборье, а по решению соответствующего организационного комитета в

программу могут включаться весёлые старты, а также различные виды спорта по усмотрению.

Для учащихся на уровне начального общего образования рекомендуется в программу школьного этапа Президентских состязаний включать подвижные игры, весёлые старты, эстафеты, различные упражнения на развитие физических качеств.

5. Для проведения школьного этапа Президентских состязаний создается Судейская коллегия.

6. Судейская коллегия осуществляет следующие функции:

- определяют систему проведения Президентских состязаний;
- организуют проведение Президентских состязаний;
- определяют победителей и призёров Президентских состязаний;
- рассматривают протесты участников Президентских состязаний.

6. Программа Президентских состязаний

1. Спортивное многоборье

Соревнования командные. Принимают участие все участники команды от класса.

Спортивное многоборье (тесты) включает в себя:

Бег 1000м (юноши, девушки). Выполняется с высокого старта на беговой дорожке. Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 1 секунды. В зависимости от места и времени проведения теста допускается зальный бег.

Челночный бег 3х10м (с кубиками) (юноши и девушки). Проводится на ровной дорожке длиной не менее 12-13м. Отмеряют 10-метровый участок, начало и конец которого отмечают линией (стартовая и финишная черта). За каждой чертой – два полукруга радиусом 50см с центром на черте. На дальний полукруг за финишной линией кладут кубик (5см). Участник становится за стартовой чертой и по команде «марш» начинает бег в сторону финишной черты; обегает полукруг, берет кубик и возвращается к линии старта. Затем кладет кубик (бросать не разрешается) в полукруг на стартовой линии и снова бежит к дальней – финишной черте, пробегая ее. Учитывается время выполнения теста от команды «марш» до пересечения линии финиша.

Подтягивание на перекладине (юноши). Участник с помощью судьи принимает положение виса хватом сверху. Подтягивается непрерывным движением так, чтобы его подбородок оказался над перекладиной. Опускается в вис. Самостоятельно останавливает раскачивание и фиксирует на 0,5 сек. видимое для судьи положение виса. Не допускается сгибание рук поочередно, рывки ногами или туловищем, перехват руками, остановка при выполнении очередного подтягивания. Пауза между повторениями не должна превышать 3 сек.

Сгибание и разгибание рук в упоре «лежа» (отжимание) (девушки). Исходное положение - упор лежа на полу. Голова, туловище и ноги составляют прямую линию. Сгибание рук выполняется до касания грудью предмета высотой не более 5см, не нарушая прямой линии тела, а разгибание производится до полного выпрямления рук при сохранении прямой линии тела. Дается одна попытка. Пауза между повторениями не должна превышать 3 сек. Фиксируется количество отжиманий при условии правильного выполнения упражнения.

Подъем туловища из положения «лежа на спине» (юноши, девушки). Исходное положение - лёжа на спине, руки за головой, пальцы в замок, ноги согнуты в коленях, ступни закреплены. Фиксируется количество выполненных упражнений до касания локтями коленей в одной попытке за 30 сек.

Прыжок в длину с места (юноши, девушки). Выполняется с места двумя ногами от стартовой линии с махом рук. Длина прыжка измеряется в сантиметрах от стартовой линии до ближнего касания ногами или любой частью тела. Участнику предоставляется три попытки.

Наклон вперед из положения «сидя» (юноши, девушки). На полу обозначается центровая и перпендикулярная линии. Участник, сидя на полу, ступнями ног касается центровой линии, ноги выпрямлены в коленях, ступни вертикальны, расстояние между

ними составляет 20-30см. Выполняется три наклона вперед, на четвертом фиксируется результат касания и фиксации (не менее 2 сек.) кончиков пальцев на перпендикулярной мерной линии. Сгибание ног в коленях не допускается.

При подведении итогов спортивного многоборья на школьном, муниципальном и региональном этапе Президентских состязаний используются таблицы оценки развития физических качеств, разработанные для всероссийского этапа Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания»

Командные результаты в тестовых упражнениях определяются по суммарному показателю всех результатов, показанных участниками команды от класса. Результат личного первенства определяется по сумме набранных участником очков.

Во время проведения соревнований, участнику команды от класса, который не смог принять участие в тестах «Спортивное многоборье» по уважительной причине (болезни, травме и т.п.) при наличии справки от врача, начисляются очки, набранные участником соревнований, занявшим последнее место.

Если результат, показанный участником, выше результата, оцениваемого в 70 очков, участник получает 70 очков.

2. Весёлые старты

Форма проведения весёлых стартов определяется соответствующим организационным комитетом.

Веселые старты – комплексная эстафета, включающая виды двигательной деятельности и элементы видов спорта в соответствии с программой основного общего и среднего общего образования. Программа весёлых стартов должна разрабатываться с учётом возрастных особенностей учащихся. Для учащихся на уровне начального общего образования рекомендуется в программу школьного этапа Президентских состязаний включать подвижные игры, весёлые старты, эстафеты, различные упражнения на развитие физических качеств.

В веселых стартах принимают участие все участники команды от класса.

7. Награждение

Победители и призеры школьного этапа Президентских состязаний награждаются грамотами, а также призами и ценными подарками по усмотрению.