

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №58
Гордиенко Л.П.



ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении школьного этапа краевых спортивных соревнований школьников «Президентские состязания»

I. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

Положение составлено на основании краевого положения спортивных соревнований «Президентские состязания» среди общеобразовательных организаций Краснодарского Края.

1. Укрепление здоровья подрастающего поколения, вовлечение детей и подростков в систематические занятия физической культурой и спортом.
2. Повышение двигательной активности обучающихся, формирование здорового образа жизни.
3. Популяризация спортивного стиля жизни детей.

II. ЭТАПЫ ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

1 этап (школьный) – с 30.10 по 3.11.2023 года. Таблицы оценки тестов краевых спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» школьного этапа будут размещены на школьном сайте.

III. РУКОВОДСТВО ПРОВЕДЕНИЕМ СОРЕВНОВАНИЙ

Общее руководство подготовкой и проведением соревнований осуществляет руководство спортивного клуба «Олимп» МБОУ СОШ №58.

IV. УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ

В Президентских состязаниях принимают участие обучающиеся 1-11 классов: сельские класс-команды (класс-команды сельских населенных пунктов) в составе 6 участников (3 юноши, 3 девушки).

К участию в составе класс-команд допускаются обучающиеся, не являющиеся гражданами Российской Федерации, но обучающиеся в общеобразовательных организациях Краснодарского края с 1 сентября 2023 г.

V. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ

№ п/п	Вид программы		Состав сельской класс-команды	Форма участия
Виды программы				
1.	«Спортивное многоборье» (тесты)		3 юноши, 3 девушки	командная
2.	Эстафетный бег		2 юноши, 2 девушки	командная

Участие во всех видах программы является обязательным. Неучастие класс-команды в одном из видов программы аннулирует занятые места во всех видах программы.

Виды программы:

1. Спортивное многоборье (тесты)

Форма участия - командная. Соревнования проводятся отдельно среди юношей и девушек.

Спортивное многоборье (тесты) включает в себя:

Бег на короткие дистанции:

бег 30 м (юноши, девушки 1-6 классы);

бег 60 м (юноши, девушки 7, 8, 9 классы);

бег 100 м (юноши, девушки 10,11 классы).

Бег 1000 м (юноши, девушки). Выполняется с высокого старта на беговой дорожке. Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,1 секунды.

Соревнования проводятся на беговой дорожке (старт произвольный). Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,1 секунды.

Наклон вперед из положения «сидя» (юноши, девушки).

Наклон вперед выполняется из исходного положения сидя на полу, ноги выпрямлены в коленях и упираются в брусок измерительной платформы, руки вперед, ладони вниз. Расстояние между ступнями ног не более 20 см. Выполняется три наклона вперед, при выполнении четвертого наклона необходимо зафиксировать кисти рук в течение 2 сек. на измерительной линейке. Во время фиксации ноги выпрямлены в коленях, пальцы рук находятся на равном расстоянии от туловища участника. Упражнение фиксация заканчивается по команде судьи «Есть».

Подтягивание на высокой перекладине (юноши). Выполняется из положения виса (хват сверху, ноги вместе). При сгибании рук необходимо подтянуться (подбородок выше перекладины), разгибая руки, опуститься в вис. Участнику предоставляется одна попытка. Фиксируется количество подтягиваний при условии правильного выполнения упражнения.

Подъем туловища из положения «лежа на спине» за 30 сек (юноши, девушки). Исходное положение - лёжа на спине, руки за головой, пальцы в замок, ноги согнуты в коленях, ступни закреплены (партнер по команде руками фиксирует голеностопный сустав участника, выполняющего упражнение). Фиксируется количество выполненных упражнений до касания локтями коленей в одной попытке за 30 сек. Во время выполнения упражнения не допускается подъем таза. Касание мата всей спиной, в том числе лопатками – обязательно.

Прыжок в длину с места (юноши, девушки). Выполняется одновременно двумя ногами. Длина прыжка измеряется в сантиметрах от линии отталкивания до ближайшего к данной линии места касания земли ногами или любой другой частью тела. Участнику предоставляется три попытки. В зачет идет результат лучшей попытки.

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (девушки). Исходное положение - упор лежа на полу. Голова, туловище и ноги составляют прямую линию. Фиксируется количество отжиманий при условии правильного выполнения упражнения.

2. Эстафетный бег

Форма участия - командная.

В соревнованиях принимают участие от сельских класс-команд – 2 юноши и 2 девушки.

Этапы	Сельские класс-команды
1	бег 600 м - девушка
2	бег 600 м - юноша
3	бег 200 м - девушка
4	бег 200 м - юноша

VI. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

Победители и призеры Президентских состязаний определяются по наименьшей сумме мест, занятых классом-командой во всех видах программы.