

Утверждаю:

директор МБОУ ООШ №19

хутора Свободный Мир

Т.А. Курдова



ПОЛОЖЕНИЕ

Школьный этап краевых спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» (далее – Президентские состязания) проводится в рамках реализации федерального проекта «Спорт – норма жизни», во исполнение Указа Президента Российской Федерации от 30 июля 2010 г. № 948 «О проведении всероссийских спортивных соревнований (игр) школьников» и в соответствии частью первой подпункта «ж» пункта 1 Перечня поручений Президента Российской Федерации по итогам заседания Совета по развитию физической культуры и спорта при Президенте Российской Федерации 10 октября 2019 г. от 22 ноября 2019 г. № Пр-2397 и подпунктов «в» пункта 1 Перечня поручений Президента Российской Федерации по итогам заседания Совета по развитию физической культуры и спорта при Президенте Российской Федерации от 07 октября 2021 г. № 1919 среди учащихся МБОУ ООШ №19 имени Н.Я. Ходосова хутора Свободный Мир

Цели и задачи

Президентские состязания проводятся в целях:

укрепление здоровья, вовлечения детей в систематические занятия физической культурой и спортом;

развития всесторонне и гармоничной развитой личности;

выявления талантливых детей;

приобщения подростков к идеалам и ценностям олимпизма.

• Задачи Президентских состязаний:

пропаганда здорового образа жизни среди школьников;

становление гражданской и патриотической позиции подрастающего поколения, формирование позитивных жизненных установок;

определение уровня физической подготовленности обучающихся;

определение класс-команд, для участия в муниципальном, краевом и всероссийском этапах Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» 2023/2024 учебного года.

Место и сроки проведения

Соревнования в рамках Президентских состязаний в общеобразовательных организациях (далее – школьные соревнования) проводятся в срок до 20 ноября 2023 года .

4. Требования к участникам и условия их допуска

К участию в школьных и муниципальных соревнованиях допускаются обучающиеся 1-11 классов, отнесенные к основной медицинской группе для занятия физической культурой и спортом, в соответствии с рекомендациями по оказанию медицинской помощи обучающимся «Медицинский допуск несовершеннолетних к соревнованиям и спортивно-оздоровительным мероприятиям в образовательных организациях», утвержденными протоколом заседания Профильной комиссии Минздрава России по гигиене детей и подростков от 6 мая 2014 года №4.

сельские классы-команды (классы-команды сельских населенных пунктов) в составе 7 человек, в том числе бучастников (3 юноши, 3 девушки) и 1 руководителя, являющегося учителем физической культуры общеобразовательной организации.

В состав класса-команды включаются обучающиеся одного класса одной общеобразовательной организации, зачисленные в данный класс до 1 января 2023 года.

5. Программа соревнований

№ п/п	Вид программы	Состав городской класс-команды	Состав сельской класс-команды	Форма участия
Виды программы				
1.	«Спортивное многоборье» (тесты)	6 юношей, 6 девушек	3 юноши, 3 девушки	Лично - командная
2.	Творческий конкурс	6 юношей, 6 девушек	3 юноши, 3 девушки	Командная
3.	Теоретический конкурс	6 юношей, 6 девушек	3 юноши, 3 девушки	Командная
4.	Эстафетный бег	6 юношей, 6 девушек	2 юноши, 2 девушки	Командная

1. Спортивное многоборье (тесты)

Форма участия - командная. Соревнования проводятся отдельно среди юношей и девушек городских и сельских класс-команд.

Спортивное многоборье (тесты) включает в себя:

Бег на короткие дистанции:

бег 30 м (юноши, девушки 5-6 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 вися (хват сверху, ноги вместе). При сгибании рук необходимо подтянуться (подбородок выше перекладины), разгибая руки, опуститься в вис. Положение вися фиксируется на 0,5 сек. Не допускается сгибание рук поочередно, рывки ногами или туловищем, вис на одной руке, перехват руками, остановка при выполнении очередного подтягивания. Пауза между повторениями не должна превышать 3 сек. 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. 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.

Творческий конкурс

Форма участия - командная.

В творческом конкурсе принимают участие от городских классов-команд – 6 юношей и 6 девушек, от сельских классов-команд – 3 юноши и 3 девушки.

В случае нарушения регламента, в части количества участников(без уважительной причины), классу-команде присуждается последнее местов творческом конкурсе.

Время выступления – 6 - 8 минут.

Класс-команда представляет музыкально-художественную композицию (визитку).

Для раскрытия темы могут быть использованы различные виды художественного, ораторского и сценического искусства (исполнение песен, танцев, музицирование, декламирование, элементы различных видов спорта).

Критерии оценки:

актуальность музыкально-художественной композиции и соответствие заданной теме (0-10 баллов);

режиссура (образность представляемой музыкально-художественной композиции – художественный образ, явление действительности, творчески воссозданное с позиции определенного эстетического идеала (0-10 баллов);

наглядность – создание художественных образов при помощи определенных средств – слово, звук, цвет, изображение и т.п.) (до 10 баллов);

сценическая культура(0-10 баллов);

качество исполнения музыкально-художественной композиции(до 10 баллов);

• костюмы участников (до 5 баллов);

декламация (0-3 балла);

культура использования реквизита (до 5 баллов);

соответствие регламенту (до 3 баллов).

Члены Жюри оценивают музыкально-художественную композицию класса-команды по каждому критерию. Решение Жюри окончательное и пересмотру не подлежит.

Тема творческого конкурса Президентских состязаний будет сообщена дополнительно.

3. Теоретический конкурс

Форма участия - командная.

В теоретическом конкурсе принимают участие все участники городских сельских класс-команд.

В теоретическом конкурсе принимают участие от городских классов-команд – 6 юношей и 6 девушек, от сельских классов-команд – 3 юноши и 3 девушки.

Задания для теоретического конкурса будут разрабатываться группой по следующим темам:

Олимпийские игры древности, возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения, основные принципы (ценности) олимпизма, символика и атрибутика Олимпийского движения;

развитие спорта в дореволюционной России, СССР;

достижения советских и российских спортсменов на Олимпийских играх и международной арене;

влияние занятий физической культурой и спортом на организм школьника;

развитие футбола в нашей стране, достижения советских и российских футболистов;

физкультурно-спортивная деятельность обучающихся;

физическая (двигательная) активность обучающихся.

3. Эстафетный бег

Форма участия - командная.

В соревнованиях принимают участие от городских класс-команд – 5 юношей и 5 девушек, от сельских класс-команд – 2 юноши и 2 девушки.

Этапы	Городские класс-команды	Сельские класс-команды
1	бег 600 м - девушка	бег 600 м - девушка
2	бег 600 м - юноша	бег 600 м - юноша
3	бег 400 м - девушка	бег 200 м - девушка
4	бег 400 м - юноша	бег 200 м - юноша
5	бег 200 м - девушка	-
6	бег 200 м - юноша	-
7	бег 100 м - девушка	-
8	бег 100 м - юноша	-
9	бег 100 м - девушка	-

10	бег 100 м - юноша	-
----	-------------------	---

Эстафетный бег должен проводиться на стадионе с длиной беговой дорожки 400 м.

Результат, показанный классом-командой, фиксируется с точностью 0,1 сек. по ручному секундомеру при пересечении последним участником класса-команды финишной линии.

Организаторы мероприятия

Общее руководство подготовкой и проведением соревнований осуществляется учителем физической культуры и спортивным клубом. Судейскую коллегию составляют члены спортивного клуба и учитель ФК школы.

Документация

Представители команд (классные руководители) представляют заявку на участие в соревнованиях

Награждение

Победители и призёры школьного этапа награждаются почётными грамотами