

Приложение 1
к приказу директора №139
МБОУ ООШ №24
имени П.И.Копниной
станции Хамкетинской
от «23» 10 2023г.

ПОЛОЖЕНИЕ

**о школьном этапе краевых спортивных соревнований школьников
"Президентские состязания" среди учащихся МБОУ ООШ №24 имени
П.И.Копниной станции Хамкетинской на 2023 год**

1. Цели и задачи соревнований «Президентские состязания»

Президентские состязания проводятся в целях:

укрепления 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;

2. Участники. Требования к участникам и условия их допуска

К участию в спартакиаде допускаются школьники, относящиеся к основной группе здоровья. К участию в школьных и муниципальных соревнованиях допускаются обучающиеся 2-9 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 спортивно-оздоровительным мероприятиям в образовательных организациях», утвержденными протоколом заседания Профильной комиссии Минздрава России по гигиене детей и подростков от 6 мая 2014 года №4.

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

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. Так как в МБОУ ООШ №24 нет классов-команд одного класса (3 юноши, 3 девушки), поэтому в 1-9 классах в соревновании «Президентские состязания» включают личный зачет 5 класс (1,2 место), 6 класс (1,2,3,4 место), 7 класс, 8 класс (1,2,3 место), 9 класс (1,2,3,4 место), 1-4 классах (личный зачет)

3. Программа соревнований

1. Спортивное многоборье (тесты)

Соревнования проводятся отдельно среди 1-9 классов

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 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. Положение виса 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 - лежа 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.

Результаты личного зачета проводятся отдельно среди юношей и девушек

Таблицы оценки результатов в спортивном многоборье, используемые на соревнованиях в рамках Президентских состязаний в общеобразовательных организациях и между сборными командами общеобразовательных организаций в муниципальных образованиях Краснодарского края, будут разосланы дополнительно.

2. Творческий конкурс

Форма участия - командная.

В творческом конкурсе принимают участие 5-9классы 3 юноши и 3 девушки.

Время выступления – 6 - 8 минут.

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

3. Теоретический конкурс

Форма участия - командная.

В теоретическом конкурсе принимают участие 5-9классы.

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;

4.Сроки и место проведения соревнований

1.Спортивное многоборье (тесты)

проводится среди учащихся 2-9 классов в МБОУ ООШ №24 имени П.И.Копниной станицы Хамкетинской 24.10.2023г. Начало соревнований в 15.30ч.

2. Творческий конкурс

проводится среди учащихся 5-9 классов в МБОУ ООШ №24 имени П.И.Копниной станицы Хамкетинской 26.10.2023г. Начало соревнований в 14.40ч.

3. Теоретический конкурс

проводится среди учащихся 5-9 классов в МБОУ ООШ №24 имени П.И.Копниной станицы Хамкетинской 27.10.2023г. Начало соревнований в 13.50ч.

главный судья Кашеева Е.М.

4. Условия подведения итогов

Победителей выявляют отдельно в каждом классе ,лучшие результаты

5. Награждение.

Участники соревнования в каждом классе, занявшие 1 места в соревновании президентские состязания награждаются грамотами

Педагог доп.образования



Кашеева Е.М.