

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МОУ гимназия №1

_____ И А Гура

«_____» _____ 2019 г.

ПОЛОЖЕНИЕ

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

I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Настоящее положение разработано в соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 30 июля 2010 г. № 948 «О проведении всероссийских спортивных соревнований школьников», порядком проведения Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» (далее - Президентские состязания), утвержденным приказом Минобрнауки России и Минспорттуризма России от 27 сентября 2010 г. № 966/1009 (зарегистрирован в Минюсте России 16 ноября 2010 г., регистрационный № 18976), и определяет порядок проведения школьного этапа Всероссийских спортивных соревнований Президентские состязания.

Основными целями и задачами Президентских состязаний являются:
определение команд внутри общеобразовательного учреждения, добившихся наилучших результатов в физической подготовке и физическом развитии, показавших высокий уровень знаний в области олимпийского движения и развитии творческих способностей;

определение уровня двигательной активности обучающихся, степени их вовлеченности в систематические занятия физической культурой и спортом;

пропаганда здорового образа жизни, формирование позитивных жизненных установок подрастающего поколения, гражданское и патриотическое воспитание обучающихся, приобщение к идеалам и ценностям олимпизма.

II. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

Школьный этап Президентских состязаний проводятся 14 сентября 2019г. на стадионе «Труд» г.о. Шуя

10.00 – 11.00 – 9-10 классы

11.00 – 12.00 – 7-8 классы

12.00 – 13.00 – 5-6 классы

III. ОРГАНИЗАТОРЫ МЕРОПРИЯТИЯ

Общее руководство проведением школьного этапа Президентских состязаний осуществляет физкультурно-оздоровительный клуб МОУ гимназия №1

Организация и проведение школьного этапа Президентских состязаний возлагается на рабочую группу, в состав которой входят учащиеся 11-ых классов МОУ гимназия №1

Главный судья соревнований: О.В. Ямщикова /учитель физической культуры/

Главный секретарь: С.Б. Румянцев/учитель физической культуры/

IV. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА

В школьном этапе Президентских состязаний принимают участие классы-команды общеобразовательного учреждения.

В состав класса-команды включаются все обучающиеся этого класса

Учащиеся, отнесенные к подготовительной и специальной медицинской группе, выполняют тестовые задания, не противоречащие рекомендациям лечащих врачей.

V. ПРОГРАММА МЕРОПРИЯТИЯ

I. Спортивное многоборье.

Соревнования командные. Принимают участие весь списочный состав класса.

Спортивное многоборье (тесты) включает в себя:

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

Бег 30 м (юноши, девушки 5- 6 класс), **60 м** (юноши, девушки 7, 8, 9 классы), **100 м** (юноши, девушки 10 класс). Проводится на беговой дорожке (старт произвольный). Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,1 секунды.

Челночный бег 3х10 м (юноши, девушки). Проводится на ровной дорожке длиной не менее 12-13 м. Отмеряют 10-метровый участок, начало и конец которого отмечают линиями (стартовая и финишная черта). Участник становится за стартовой чертой и по команде «марш» начинает бег в сторону финишной черты; касается рукой за финишной чертой и возвращается к линии старта. Касается рукой за линией старта, снова бежит к финишной черте и, пробегая ее, финиширует. 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 5 см, 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 разбега (юноши, девушки). Выполняется с разбега толчком одной ногой от линии в прыжковую яму. Длина прыжка измеряется в сантиметрах от стартовой линии до ближнего касания ногами или любой частью тела. Участнику предоставляется две попытки.

Наклон вперед из положения «сидя» (юноши, девушки). На полу обозначается центровая и перпендикулярная линии. Участник, сидя на полу, ступнями ног касается центральной линии, ноги выпрямлены в коленях, ступни вертикальны, расстояние между ними составляет 20-30 см. Выполняется два наклона вперед, на третьем фиксируется результат касания и фиксации (не менее 2 сек.) кончиков пальцев на перпендикулярной мерной линии. Сгибание ног в коленях не допускается.

Таблицы оценки результатов в спортивном многоборье прилагаются (приложение № 2).

II. Встречная эстафета

Принимают участие 6 мальчиков и 6 девочек.

Участники по 6 человек выстраиваются в две колонны на встречу друг другу. Расстояние между колоннами: 5-6 класс - 30 метров, 7-10 класс 60 метров. По команде «марш» участник первой колонны стартует с эстафетной палочкой, которую передает участнику второй колонны и т.д.

Отказ класса-команды от участия в обязательных видах программы не допускается. В случае отказа класса-команды от участия в одном из обязательных видов программы, аннулируются занятые ею места в других обязательных видах программы и присваивается последнее место.

VI. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

Победители школьного этапа Президентских состязаний определяются по результатам участия в обязательных видах программы.

При равенстве очков в спортивном многоборье победитель определяется по результатам встречной эстафеты.

Результаты в спортивном многоборье определяются по суммарному показателю 8 лучших результатов у юношей и 8 лучших результатов у девушек. Участнику класса-команды, который не смог принять участие в спортивном многоборье (тестах) по уважительной причине, в том числе по решению врача (болезнь, травма и т.п.) начисляются очки, набранные участником, занявшим в спортивном многоборье последнее место.

В каждом виде соревнования фиксируется лучший результат по каждой параллели, а также лучший суммарный показатель.

Во встречной эстафете места определяются по времени прохождения этапа.

VII. НАГРАЖДЕНИЕ

Награждение победителей всероссийского этапа Президентских состязаний осуществляется в следующем порядке:

Команды – победители и призеры награждаются грамотой

Победители в отдельных видах соревнований награждаются грамотами /полученный результат фиксируется в книге рекордов МОУ гимназия №1/.

Участники, показавшие лучший суммарный результат в своих подгруппах получают грамоты.