



Утверждаю

И.о. директора МБОУ «ООШ №5»

Баженов М.П.

«13» ноября 2024 г.

**Положение
о проведении школьного этапа
Всероссийских спортивных соревнований школьников
«Президентские состязания»**

1. Общие положения

Настоящее положение разработано в соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 30 июля 2010 г. № 948 «О проведении всероссийских спортивных соревнований (игр) школьников», порядком проведения Всероссийских спортивных соревнований школьников «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 школьников «Президентские состязания» (далее – Президентские состязания)

Основными целями и задачами Президентских состязаний являются:

- пропаганда здорового образа жизни, формирование позитивных жизненных установок подрастающего поколения, гражданское и патриотическое воспитание обучающихся;
- определение лучших команд школы, сформированных из обучающихся одного класса (далее – класс-команда), добившихся наилучших результатов в физической подготовке и физическом развитии, и показавших высокий уровень знаний в области олимпийского и паралимпийского движения;
- определение уровня двигательной активности обучающихся, степени их вовлеченности в занятия физической культурой и спортом, наличия установок и навыков здорового образа жизни.

2. Место и сроки проведения

Школьный этап соревнований «Президентские состязания» проводится в спортивных залах МБОУ «ООШ №5» во II четверти (ноябрь-декабрь).

3. Руководство проведением соревнований

Руководство проведением школьного этапа осуществляет учителя физической культуры: Павлов Анатолий Владимирович, Гайфулин Рафаиль Рамазанович, Райхель Анна Александровна

Ответственным за проведение школьного этапа соревнования «Президентские состязания» является учитель физической культуры: Гайфулин Рафаиль Рамазанович.

Распределение классов по параллелям определяется исходя из количества классов в параллели:

1. 5а,5б;

4. Требования к участникам и условия их допуска

В школьном этапе «Президентских состязаний» принимают участие все учащиеся с 5 по 9 классы, допущенные по результатам медицинского осмотра к занятиям физической культурой.

Участвует весь класс, по наилучшим результатам (очкам) от каждого класса выбирается 8 юношей и 8 девушек.

5. Заявки на участие

Классные руководители обязаны предоставить заявку на участие в школьном этапе «Президентских состязаний».

6. Программа соревнований

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.

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.

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 20-30 см. 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.

Челночный бег 3x10 м (юноши и девушки). Челночный бег 3x10 предполагает преодоление дистанции в 10 метров три раза. То есть от старта требуется добежать до отметки в 10 м, развернуться в обратном направлении, добежать до старта, развернуться и финишировать на десятиметровой отметке. Упражнение выполняют на улице или в спортивном зале.

Таблицы оценки результатов в спортивном многоборье прилагаются (приложение № 1)

7. Условия подведения итогов

Итоги школьного этапа Президентских состязаний подводятся в соответствии с данным Положением.

Победители школьного этапа Президентских состязаний определяются по наименьшей сумме мест, занятых классом-командой.

8. Награждение

По результатам школьного этапа «Президентских состязаний» среди классов-команд 5-9 классов определяются победители, участвующие в муниципальном этапе соревнований.

Классы-команды, занявшие 1, 2 и 3 места в командных видах программы, награждаются грамотами.