

Утверждено
Приказом начальник Управления образования
администрации го Красногорск
от 17.03.2023 № 339

П О Л О Ж Е Н И Е
о проведении муниципального этапа
Всероссийских спортивных соревнований школьников
«Президентские состязания»
в 2022-2023 учебном году

I. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

Основной целью проведения Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» (далее – Президентские состязания) является привлечение обучающихся к регулярным занятиям физической культурой и спортом, повышение их физической активности, определение команд общеобразовательных организаций, **сформированных из обучающихся одного класса** (далее – класс–команда), добившихся наилучших результатов в физической подготовке и физическом развитии, определение состояния их здоровья, уровня двигательной активности, степени вовлечённости в занятия физической культурой и спортом, формирование установок и навыков здорового образа жизни.

II. СРОКИ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

Президентские состязания проводятся в 2 этапа:

- школьный этап (сентябрь 2022 года – декабрь 2022 года)
- муниципальный этап (апрель 2023года) в МБОУ СОШ №12

III. ОРГАНИЗАТОРЫ ПРОВЕДЕНИЯ ПРЕЗИДЕНТСКИХ СОСТЯЗАНИЙ

Общее руководство проведением школьного, муниципального этапов Президентских состязаний осуществляется Управлением образования городского округа Красногорск и отделом по делам физической культуры и спорта администрации городского округа Красногорск

IV. УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ

В муниципальном этапе Президентских состязаний принимают участие обучающиеся 5 класса. Муниципальный этап проводится отдельно среди городских и сельских классов-команд.

К муниципальным соревнованиям допускаются городские и сельские класс-команды, победители школьного этапа.

Городская класс-команда от городских школ в составе: 12 обучающихся (6 мальчиков, 6 девочек) и **сельская класс-команда** от сельских школ в составе 6 обучающихся (3 мальчиков, 3 девочек). Запасных участников на соревнования приводить нельзя.

В состав класс-команды должны входить обучающиеся одного класса одной школы.

Все участники класс-команды должны иметь единую спортивную форму.

V. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ

«Президентское многоборье» (тесты) включает в себя:

- Челночный бег 3x10 м – мальчики и девочки.
- Подтягивание на перекладине – мальчики.
- Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (отжимание) - девочки.
- Поднимание туловища из положения «лежа на спине» за 30 сек.- мальчики и девочки.
- Прыжок в длину с места – мальчики и девочки.
- Наклон вперед из положения «сидя» - мальчики и девочки.

ТЕХНИКА ВЫПОЛНЕНИЯ УПРАЖНЕНИЙ

Президентское многоборье (5-10 классы)

1. Челночный бег 3x10м. По команде «Марш!» (с одновременным включением секундомера) тестируемый бежит до финишной линии, касается конуса, возвращается к линии старта, касается конуса и преодолевает последний отрезок финишируя.

Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,1 секунды.

2. Подтягивание на перекладине. 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 секунды видимое для судьи положение виса. Не допускается: сгибание рук поочерёдно, рывки ногами или туловищем, раскрытие ладони, остановка при выполнении очередного подтягивания. Пауза между повторениями не должна превышать 3 секунды.

3. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (отжимание). Исходное положение: упор лежа на полу. Голова, туловище и ноги составляют прямую линию. Сгибание рук выполняется до касания грудью пола или 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 секунды. Фиксируется количество отжиманий, при условии правильного выполнения упражнения.

4. Поднимание туловища из положения «лежа на спине» за 30 секунд. Исходное положение: 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 секунд.

5. Прыжок в длину с места. Выполняется 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 две попытки – одна пробная и одна зачетная.

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

обозначается центральная и перпендикулярная линии. Участник, сидя на полу, ступнями ног касается центральной линии, ноги выпрямлены в коленях, ступни вертикальны, расстояние между ними составляет 10-20 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. Фиксация коленей - запрещена.

VI. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ

Победители и призеры муниципального этапа Президентских состязаний в командном зачете определяются отдельно среди городских классов-команд и сельских классов-команд.

Победители и призеры муниципального этапа Президентских состязаний определяются по наименьшей сумме баллов.

Результаты в спортивном многоборье (тесты) в командном первенстве определяются по суммарному показателю всех участников команды.

Участнику класса-команды, который не смог принять участие в спортивном многоборье по уважительной причине, в том числе по решению врача (болезнь, травма и т. п.) начисляются очки, набранные участником класса-команды, показавшим в спортивном многоборье худший результат.

В случае возникновения конфликтных ситуаций или неправомерного действия судей представитель команды может подать протест главному судье соревнований (зональных или финальных), но не позднее чем через 30 минут после окончания спорного эпизода.

VII. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ

Физкультурные и спортивные мероприятия проводятся на спортивных сооружениях, отвечающих требованиям соответствующих нормативных правовых актов, действующих на территории Российской Федерации и направленных на обеспечение общественного порядка и безопасности участников и зрителей, а также при условии наличия актов готовности физкультурного или спортивного сооружения к проведению мероприятия, утверждаемых в установленном порядке.

VIII. НАГРАЖДЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ

Победители и призеры соревнований «Президентские состязания» в командном зачете награждаются дипломами Управления образования.

IX. ЗАЯВКИ

Руководители класс-команд представляют в Оргкомитет в день приезда следующие документы:

1. Заявку.

Заявка по установленной форме согласно Приложению № 1 к настоящему Положению, заверенная директором школы и врачом,

представляется в мандатную комиссию по прибытии на соревнования.

В заявке имя участника должно быть написано полностью.

2. Приказ.

3. Копии (скриншоты) страниц электронных классных журналов с оценками по учебному предмету «Русский язык» ноябрь и декабрь 2021-2022 учебного года, заверенные печатью и подписью директора общеобразовательной организации.

4. Сводный протокол (Приложение 2), с заполненными ФИО, возраст.

