

Утверждаю:

Директор МАУ ДО

«Слава» Туринская ДЮСШ»

Г. Захарова

«27» сентября 2021 г.



## ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении районных спортивных соревнований школьников

«Президентские состязания»

### 1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1. Настоящее положение разработано в соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 30 июля 2010 г. № 948 «О проведении всероссийских спортивных соревнований (игр) школьников» и приказом Министерства образования и науки Российской Федерации, Министерства спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации от 27.09.2010 г. № 966/1009 «Об утверждении Порядка проведения Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» и Порядка проведения Всероссийских спортивных игр школьников «Президентские спортивные игры».

2. Основными целями и задачами Президентских состязаний являются:

определение команд общеобразовательных учреждений, сформированных из обучающихся одного класса, добившихся наилучших результатов в физической подготовке и показавших высокий уровень знаний в области олимпийского и паралимпийского движения;

развитие массового физкультурно-спортивного движения «Президентские состязания» среди обучающихся общеобразовательных школ;

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

пропаганда здорового образа жизни, формирование позитивных жизненных установок подрастающего поколения, гражданское и патриотическое воспитание обучающихся;

выявление лучших класс-команд.

### 2. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

Соревнования проводятся в очно-заочном формате, с 1 октября по 8 октября 2021 года (с 1 по 4 класс – заочный этап, проводится на базе ОУ; 5-8 классы – 1-2 октября 2021 года на центральном стадионе (по графику).

### **3. ОРГАНИЗАТОРЫ И ПРОГРАММА МЕРОПРИЯТИЯ**

Организацию, проведение и оформление результатов **заочного мероприятия для 1-4 классов** осуществляет организационный комитет школы из числа представителей учителей физической культуры и ОБЖ, педагога - организатора и/или зам. директора по ВР.

Для очного этапа организацию и проведение осуществляет МАУ ДО «Слободо- Туринская ДЮСШ».

### **4. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА**

В Президентских состязаниях принимают участие класс-команды с **1 по 8 класс** общеобразовательных учреждений:

В состав класс-команды входят обучающиеся **из одного класса образовательного учреждения.**

- **одна класс-команда в составе 8 человек**, (4-х юношей, 4-х девушек);

Количество класс – команд в очном этапе ограничено до 2-х команд от школы, в заочном этапе не ограничено.

**Школы, имеющие классы на карантине по COVID, к соревнованиям не допускаются.**

### **5. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ**

Результаты в спортивном многоборье в командном первенстве определяются по суммарному показателю таблицы: 4 лучших результата у юношей и 4 лучших результата у девушек среди классов-команд. Данные многоборья заносятся в таблицу (приложение 1, документ word) и присылаются на электронную почту [smp\\_dussh@mail.ru](mailto:smp_dussh@mail.ru), для **1- 4 классов не позднее 8 октября 2021 года**. После указанной даты результаты не принимаются.

**С 09 -12 октября** обработка данных заочного этапа, **13 октября** итоговый протокол.

### **6. НАГРАЖДЕНИЕ**

Победители и призеры среди классов-команд, и в командном первенстве спортивного многоборья награждаются - грамотами.

### **7. ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ**

**Предварительные заявки на участие подаются до 30 сентября 2021 г.**  
по тел. 8 908 911 68 13 – Потапова Светлана Михайловна.

Оригинал заявки, подписанной врачом, подается в судейскую коллегия в день соревнований.

К протоколам, так же необходимо предоставить копии обложки, первой страницы и страницы «Общие сведения об обучающихся» классного журнала 2021-2022 учебного года, заверенные печатью и подписью директора общеобразовательного учреждения.

Все вопросы по тел. 8 908 911 68 13 – Потапова Светлана Михайловна

## Спортивное многоборье

Соревнования командные.

Состав классов-команд – 4 юноши и 4 девушки.

Спортивное многоборье (тесты) включает в себя следующие виды спорта: легкая атлетика и спортивная гимнастика.

### 1. Бег 1000 м (юноши, девушки).

Выполняется с высокого старта на беговой дорожке. Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,1 секунды.

**Бег 30 м** (юноши, девушки 1-4 класс), **60 м** (юноши, девушки 5-8 класс). Проводится на беговой дорожке (старт произвольный). Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,1 секунды.

### 2. 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.

### 3. 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.

### 8. 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.**

### 9. Прыжок в длину с места (юноши, девушки).

Выполняется от линии отталкивания двумя ногами одновременно с махом рук. Длина прыжка измеряется в сантиметрах от линии отталкивания до ближнего касания ногами или любой частью тела. Участнику предоставляется три попытки.

### 10. 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 см, руки вперед, ладони вниз.

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.

**Протокол школьного этапа «Президентские состязания»**

**КОМАНДА:**

**1-7 октября 2021 г.**

класс	№ п/п	Год рож	Ф.И.	Бег 30 (60)м		Прыжок в длину		Гимнастика		Бег 1000 м		Пресс		Наклоны		Всего очков
				Рез.	Очки	Рез.	Очки	Рез.	Очки	Рез.	очки	Рез.	очки	Рез.	очки	
класс	1															
	2															
	3															
	4															
	5															
	6															
	7															
	8															
класс	1															
	2															
	3															
	4															
	5															
	6															
	7															
	8															

Судейская коллегия:

Учитель ФК \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Педагог-организатор \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Учитель ОБЖ \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Зам. директора по ВР \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Директор: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_