

Положение
о школьном этапе Всероссийских спортивных соревнований школьников
«Президентские состязания»
в МКОУ «Сучковская СОШ»
2023-2024 учебный год

I. Общие положения

Спортивные соревнования школьников «Президентские состязания» в МКОУ «Сучковская СОШ» организуются и проводятся в соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 30.07.2010 года №948 «О проведении Всероссийских спортивных соревнований (игр) школьников», приказом Министерства образования и науки Российской Федерации, министерства спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации от 27.09.2010 года №966/1009 «Об утверждении Порядка проведения Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские Состязания»

II. Цели и задачи

Всероссийские спортивные соревнования «Президентские состязания» в МКОУ «Сучковская СОШ» проводятся с целью широкого вовлечения в систематические занятия физической культурой и спортом обучающихся школы, профилактики вредных привычек и правонарушений; популяризации спортивно-массовой работы с детьми во внеурочное время

Задачами Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» являются:

- повышение спортивного мастерства юных спортсменов;
- выявление сильнейших спортсменов для участия в районном этапе «Президентские состязания».

III. Этапы проведения соревнований

I этап (школьный) – январь - февраль 2024 года.

Соревнования (тестирование) проводятся в МКОУ «Сучковская СОШ» в 1-11 классах. Тестирование проводится по единым тестовым испытаниям с участием всех обучающихся класса, допущенных к урокам физической культуры. По итогам тестирования определяются лучшие участники состязаний, так как параллельных классов в школе нет.

IV. Программа соревнований

Программа соревнований составляется учителями физической культуры.

Командные результаты в тестовых упражнениях определяются по суммарному показателю всех результатов, показанных участниками класса-команды, отдельно среди городских и сельских образовательных организаций. Результат личного первенства определяется по сумме набранных участником очков независимо от группы образовательной организации.

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.д.) начисляются очки, набранными участником, занявшим в спортивном многоборье последнее место.

В случае равенства показателей у нескольких классов-команд (участников) преимущество определяется по следующей системе: между этими командами (участниками) является лучшая по каждому из видов соревнований команда

(участник), показавшая (показавший) наилучший результат в наибольшем количестве видов получает преимущество при распределении мест.

V. Программа соревнований

№	вид программы	класс команда	девушки	юноши	Форма участия
1	«Спортивное многоборье» (тесты)	Состав класса	Состав девушек класса	Состав юношей класса	личное

Спортивное многоборье (тесты) Соревнования личные. Спортивное многоборье включает в себя:

Сгибание и разгибание рук в упоре «лежа» (девушки, юноши). 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 4 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 – лежа 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 (юноши, девушки). Проводится на ровной площадке с твердым покрытием, обеспечивающим хорошее сцепление с обувью. На расстоянии 10 м прочерчиваются 2 параллельные линии – «Старт» и «Финиш». Участники, не наступая на стартовую линию, принимают положение высокого старта. По команде «Марш!» (с одновременным включением секундомеров) участники бегут до финишной линии, касаются линии рукой, возвращаются к линии старта, касаются ее и преодолевают последний отрезок без касания линии финиша рукой. Секундомер останавливают в момент пересечения линии «Финиш». Участники стартуют по 2 человека.

VI. Руководство проведением соревнований

Общее руководство подготовкой и проведением школьного этапа Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» осуществляется заместителем директора по воспитательной работе МКОУ «Сучковская СОШ».

Непосредственное руководство подготовкой и проведением школьного этапа Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» осуществляется учителями физической культуры МКОУ «Сучковская СОШ»

VII. Награждение

В личном и командном первенстве победители и призеры награждаются дипломами и грамотами.

Спортсмены, признанные лучшими на соревнованиях в своих номинациях, награждаются грамотами и дипломами.