

Принято
на педагогическом совете
Протокол № 6

От 28.01.2021 г.

Утверждаю:

Директор школы

Е.О.Ворогова

Приказ от 01.02.2021 года № 10/4-П



ПОЛОЖЕНИЕ

о школьном этапе Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» в МБОУ «Леботёрская ООШ»

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Школьный этап Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» (далее – «Президентские состязания») является комплексным массовым физкультурно-спортивным мероприятием и проводится в целях укрепления здоровья подрастающего поколения, привлечения учащихся к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

Основные задачи:

- 1) пропаганда здорового образа жизни, формирование позитивных жизненных установок подрастающего поколения, гражданское и патриотическое воспитание обучающихся;
- 2) определение команд школы, сформированных из учащихся одного класса (далее – класс-команда), добившихся наилучших результатов в физической подготовке и физическом развитии и показавших высокий уровень знаний в области олимпийского и параолимпийского движения;
- 3) определение уровня двигательной активности учащихся, степени вовлеченности в занятия физической культурой и спортом, наличия установок и навыков здорового образа жизни;
- 4) развитие массового физкультурно-спортивного движения школьников «Президентские состязания»;
- 5) дальнейшее совершенствование спортивно-массовой и оздоровительной работы с детьми во внеурочное время.

2. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

I этап, школьный – соревнования в школе – февраль-март текущего учебного года.

3. ОРГАНИЗАТОРЫ МЕРОПРИЯТИЯ

Для проведения школьного этапа создается организационный комитет

МБОУ «Леботёрская ООШ» (далее по тексту-школа), куда входят учитель физической культуры и заместитель директора по УВР.

4. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА

К участию в соревнованиях I этапа допускаются классы-команды учащихся школы. Система проведения соревнований определяется организаторами соревнований.

Все участники класса-команды должны иметь единую эмблему спортивного содержания с названием своей команды.

5. ПРОГРАММА МЕРОПРИЯТИЯ

| № п/п | Вид программы | Юноши | Девушки | Форма участия |
|-------|-------------------|-------|---------|---------------|
| | Обязательные виды | | | |

| | | | | |
|----|---------------------------------|--------|--------|-----------------|
| 1. | «Спортивное многоборье» (тесты) | 4 чел. | 4 чел. | Лично-командная |
| 3. | Теоретический конкурс | 4 | 4 | Командная |

Обязательными видами программы для всех классов-команд являются спортивное многоборье (тесты), теоретические конкурсы. 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.

**ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ ВИДЫ ПРОГРАММЫ:
«СПОРТИВНОЕ МНОГОБОРЬЕ» (ТЕСТЫ)**

Соревнования лично-командные. Принимают участие все участники класса – команды.

Спортивное многоборье (тесты) включает в себя:

- бег 1000 м (юноши, девушки);
- бег 30 м (юноши, девушки).
- челночный бег 3x10 м (юноши и девушки);
- подтягивание на перекладине (юноши);
- сгибание и разгибание рук в упоре лежа (отжимание) (девушки);
- поднимание туловища из положения «лёжа на спине» за 30 сек (юноши, девушки);
- прыжок в длину с места (юноши, девушки);
- наклон вперед из положения «сидя» (юноши, девушки).

Техника выполнения упражнений:

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

- челночный бег 3x10 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). За каждой чертой – два полукруга радиусом 50 см с центром на черте. На дальний полукруг за финишной линией кладут кубик (5 см). Участник становится за стартовой чертой и по команде «марш» начинает бег в сторону финишной черты; обегает полукруг, берет кубик и возвращается к линии старта. Затем кладет кубик (бросать не разрешается) в полукруг на стартовой линии и снова бежит к дальней – финишной – черте, пробегая её. 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 «лёжа 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.

Командные результаты в тестовых упражнениях определяются по суммарному показателю всех результатов, показанных участниками класса-команды. Результат личного первенства определяется по сумме набранных участником очков.

Во время проведения соревнований, участнику класса-команды, который не смог принять участие в тестах «Президентское многоборье» по уважительной причине (болезни, травме и т.п.) при наличии справки от врача, начисляются очки, набранные участником соревнований, занявшим последнее место.

Если результат, показанный участником, выше результата, оцениваемого в 70 очков, участник получает 70 очков.

В случае равенства показателей у нескольких классов-команд (участников), преимущество определяется по следующей системе: между этими командами (участниками) выявляется лучшая по каждому из видов соревнований, команда (участник), показавшая (показавший) лучший результат в наибольшем количестве видов получает преимущество при распределении мест.

ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ КОНКУРС «ОЛИМПИАДА НАЧИНАЕТСЯ В ШКОЛЕ»

В ходе конкурса участникам будет предложено ответить на вопросы по следующим темам:

- олимпийские игры древности;
- символика, атрибутика и девиз Олимпийского и Паралимпийского движения;
- возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения;
- основные принципы (ценности) олимпизма и спортивного соперничества;
- воспитательная роль олимпийских игр и олимпийского движения;
- этическое спортивное движение фэйр плэй: принципы, организация, история, современная трактовка;
- олимпийское движение в России;
- выдающиеся достижения отечественных спортсменов на Олимпийских играх;
- краткая характеристика видов спорта, входящих в программу зимних и летних

Олимпийских игр;

- олимпийская хартия;
- организация и проведение эстафеты Олимпийского огня.

Теоретический конкурс проводится в форме тестирования. Каждый правильный ответ оценивается в один балл.

6. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

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

Результаты в спортивном многоборье определяются по суммарному показателю всех результатов, показанных участниками класса-команды.

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.

Для определения места, занятого классом-командой в творческом конкурсе, суммируются баллы, выставленные каждым членом Жюри.

Для определения места, занятого классом-командой по результатам участия в теоретическом конкурсе (тестировании), выводится общий средний балл, для чего суммируются баллы, полученные каждым участником класса-команды, которые делятся на число участников класса-команды.

В эстафетном беге места определяются по лучшему времени.

В случае если на звание победителей претендует более 3 классов-команд, то среди классов-команд - претендентов, имеющих одинаковую наибольшую сумму мест, преимущество получает класс-команда, имеющая лучший результат в спортивном многоборье. В случае равенства результатов в спортивном многоборье, преимущество получает класс-команда, имеющая лучший результат в веселых стартах. В случае равенства результатов в веселых стартах, преимущество получает класс-команда, имеющая лучший результат в музыкально-художественной композиции.

Дополнительно определяются классы-команды, занявшие 1, 2 и 3 место в спортивном многоборье, веселых стартах и творческом конкурсе.

В дополнительных видах программы определяются победители и призеры в командном и личном зачете в соответствии с разделом 5 настоящего Положения.

7. НАГРАЖДЕНИЕ

В общекомандном зачете классы-команды, занявшие 1, 2 и 3 места награждаются грамотами. Классный руководитель класс-команды, занявшей 1 место награждается грамотой.

Классы – команды, занявшие 1, 2 и 3 места в «Спортивном многоборье» награждаются грамотами. Участники, занявшие 1, 2, 3 места в личном первенстве «Спортивного многоборья» среди девочек и мальчиков, награждаются грамотами.

В теоретическом конкурсах и эстафете классы-команды, занявшие 1, 2 и 3 места, награждаются грамотами.

Все классы-команды получают свидетельство участника школьного этапа Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания».

8. 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.

Ответственные исполнители: директор школы.

9. ФИНАНСОВЫЕ УСЛОВИЯ

Проведение соревнований школьного этапа осуществляется за счет средств школы.

10. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Действие настоящего Положения распространяется на педагогических работников и обучающихся школы.