



ПОЛОЖЕНИЕ
о школьном этапе Всероссийских спортивных соревнований школьников
«Президентские состязания»

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:

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

определение команд общеобразовательных учреждений, 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 вовлеченности в занятия физической культурой и спортом, наличия установок и навыков здорового образа жизни;

развитие массового физкультурно-спортивного движения школьников «Президентские состязания»;

дальнейшее совершенствование спортивно-массовой и оздоровительной работы с детьми во внеурочное время.

2. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

I этап, школьный – соревнования в образовательных организациях: сентябрь 2016г. – февраль 2017г.

3. ОРГАНИЗАТОРЫ МЕРОПРИЯТИЯ

Для проведения школьного этапа создаются организационные комитеты образовательных организаций, куда входят учителя физической культуры, заместители директора по УВР.

4. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА

К участию в соревнованиях школьного этапа допускаются классы-команды (учащиеся 5-11 классов отнесённые к основной медицинской группе здоровья) общеобразовательного учреждения.

В состав класса-команды должны входить обучающиеся одного класса для малочисленных классов при формировании команд для участия разрешается привлекать учащихся из младших классов.

Состав класс – команды 8 участников (4 юноши, 4 девушки).

5. ПРОГРАММА МЕРОПРИЯТИЯ.

№ п/п	Вид программы	Юноши	Девушки	Форма участия
Обязательные виды				
1.	«Спортивное многоборье» (тесты)	4 чел.	4 чел.	Лично-командная
2.	Творческий конкурс	3-4	3-4	Командная
3.	Эстафетный бег	3	3	Командная
4	Теоретический конкурс	4	4	Командная

Обязательными видами программы для всех классов-команд являются спортивное многоборье (тесты), творческий конкурс. 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 её места в других обязательных видах программы, и присваивается последнее место.

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ ВИДЫ ПРОГРАММЫ:

«СПОРТИВНОЕ МНОГОБОРЬЕ» (ТЕСТЫ)

Соревнования лично-командные. Принимают участие все участники класс – 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 вперёд 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 поочерёдно, 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. Даётся 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 - 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 вперёд 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 20-30 см. Выполняется три наклона вперёд, на четвёртом фиксируется результат касания и фиксации (не менее 2 сек.) кончиков пальцев на перпендикулярной мерной линии. Сгибание ног в коленях не допускается.

Таблица оценки результатов в спортивном многоборье прилагается (Приложение № 1).

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

Во время проведения соревнований, участнику класс -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.

ТВОРЧЕСКИЙ КОНКУРС

В творческом конкурсе принимают участие не менее 3 юношей и 3 девушек.

Время выступления - до 5 минут.

Класс-команда представляет музыкально-художественную композицию (визитку), которая отражает историю родного края, его обычаи, достопримечательности, достижения спортсменов, работу своих образовательных организаций, классов.

Для раскрытия темы могут быть использованы различные виды художественного, ораторского и сценического искусства (исполнение песен, танцев, музикация, элементы различных видов спорта).

Критерии оценки:

- актуальность созданной музыкально-художественной композиции;
- режиссура и соответствие заданной теме и регламенту;
- сценическая культура и качество исполнения;
- костюмы участников

Члены Жюри оценивают музыкально-художественную композицию каждой класса-команды по каждому критерию.

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.

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

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 музыкально-художественной композиции.

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

7. НАГРАЖДЕНИЕ

В общекомандном зачёте классы-команды, занявшие 1,2,3 места награждаются грамотами Классы – команды, занявшая 1, 2 и 3 место в «Спортивном многоборье» награждаются грамотами. Участники, занявшие 1-3 места в личном первенстве «Спортивного многоборья» среди девочек и мальчиков, награждаются грамотами.

В творческом конкурсе классы-команды, занявшие 1, 2 и 3 место, награждаются грамотами..

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.