

СОГЛАСОВАНО
Руководитель ШСК
М.А. Ермакова

«13» 03 2023 г.



2023 г.

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении школьного этапа Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» 2022/2023 учебного года в ГБОУ школе № 461

1. Общие положения.

1.1. Президентские состязания проводятся в целях:

- определения учебного класса ГБОУ СОШ №461 Колпинского района (далее – класс-команда), добившегося наилучших результатов в физической подготовке и физическом развитии для участия в районном этапе Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания»;
- проверки и оценки уровня двигательной активности обучающихся, наличия установок и навыков здорового образа жизни;
- пропаганды здорового образа жизни, формирования позитивных жизненных установок подрастающего поколения, гражданского и патриотического воспитания обучающихся.
- приобщения обучающихся регулярным занятиям физической культурой и спортом и здоровому образу жизни;
- осуществление мониторинга уровня физической подготовленности школьников школы № 461 Колпинского района

2. Этапы, сроки проведения и участники Президентских состязаний

- 2.1. Президентские состязания проводятся на базе школы, во время уроков физической культуры
- 2.2. В Президентских состязаниях принимают участие обучающиеся 5-8 классов
- 2.3. В Президентских состязаниях участвует команда 5-8 классы.
- 2.4. Все участники Президентских состязаний должны иметь аккуратную спортивную форму

3. Руководство проведением Президентских состязаний

- 3.1. Общее руководство проведением Президентских состязаний осуществляется рабочей группой ШСК «Атлет»
- 3.2. Для проведения Президентских состязаний и определения победителей и призеров создается судейская коллегия
- 3.3. Координирует соревнование администрация ГБОУ СОШ №461 во главе с директором.

4. Программа Президентских состязаний

4.1. Обязательными видами программы школьного этапа Президентских состязаний для всех классов является спортивное многоборье (тесты). *Отказ класса-команды от участия в обязательных видах программы не допускается.*

4.2. В соревнованиях по спортивному многоборью (тестам) принимают участие команда класса (8 девочек + 8 юношей)

4.3. Спортивное многоборье (тесты) включает:

Подтягивание на высокой перекладине (юноши), Подтягивание на низкой

перекладине (девушки).

. Участник с помощью судьи принимает положение виса хватом сверху с полностью выпрямленными руками. Подтягивание выполняется непрерывным движением так, чтобы подбородок оказался выше грифа перекладины. После опускания в вис самостоятельно останавливается раскачивание и фиксируется на 0,5 секунды 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 секунд.

Сгибание и разгибание рук в упоре «лежа» (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. Предоставляется одна попытка. Пауза между повторениями не должна превышать 3 секунд. Фиксируется количество отжиманий при условии правильного выполнения упражнения.

Подъем туловища из положения «лежа на спине» (юноши и девушки). Исходное положение: лежа на спине, руки за головой, пальцы в замок, ноги согнуты в коленях, ступни закреплены. Фиксируется количество правильно выполненных упражнений из исходного положения до касания локтями коленей в одной попытке за 30 секунд.

Прыжок в длину с места (юноши и девушки). Выполняется толчком 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 и девушки). На полу обозначаются центровая линия и перпендикулярно расположенная к ней линия измерения. Исходное положение: участник, сидя на полу, ступнями ног касается центральной линии, ноги выпрямлены в коленях, ступни вертикальны, расстояние между ними составляет 20-30 см, кисти рук в сомкнутом положении находятся на измерительной линии. Выполняется три предварительных наклона вперед, при четвертом наклоне фиксируется результат касания (не менее 2 секунд) кончиками пальцев обеих рук на линии измерения. Сгибание ног в коленях не допускается (положение ног фиксируется партнером). Результат фиксируется с точностью до 1 см (до центральной линии - со знаком минус, после центральной линии – со знаком плюс).

Индивидуальные результаты школьников оцениваются по таблицам согласно приложению № 2 к Положению о Всероссийских спортивных соревнованиях школьников «Президентские состязания», утвержденному Минобрнауки России и Минспорту России в 2010 году.

Первенство среди команд-классов по спортивному многоборью (тестам) определяется по наибольшей сумме баллов.

В случае равенства сумм баллов у двух и более классов-команд, преимущество отдается классу, показавшему более высокие результаты в подтягивании юноши, учащиеся которого показали более высокие индивидуальные результаты.

5. Порядок определения победителей в общекомандном зачете

5.1. Победители Президентских состязаний определяются по наибольшей сумме очков, набранных классами в соревнованиях по спортивному многоборью (тестам).

5.2. В случае равенства суммы мест у двух и более классов более высокое место присуждается классу, набравшему большее количество очков в подтягивании.

6. Обеспечение безопасности участников Президентских состязаний

6.1. Мероприятия Президентских состязаний должны проводиться на спортивных и иных сооружениях, отвечающих требованиям соответствующих нормативных правовых актов, действующих на территории Российской Федерации и направленных на

актов, действующих на территории Российской Федерации и направленных на обеспечение общественного порядка и безопасности участников и зрителей.

6.2. Обязательным требованием является наличие актов готовности физкультурного или спортивного сооружения к проведению мероприятия, утвержденных в установленном порядке.

7. Награждение победителей Президентских состязаний

7.1. Победители Президентских состязаний среди классов в отдельных видах программы и награждаются дипломами (грамотами)

Приложение №1

БАЛЛЫ В ЛИЧНОМ ЗАЧЕТЕ

МЕСТО	БАЛЛЫ
1	100
2	99
3	98
4	97
5	96
6	95
7	94
8	93
9	92
10	91
11	90
12	89
13	88
14	87
15	86
16	85
17	84
18	83
19	82
20	81
21	80
22	79
23	78
24	77
25	76
26	75
27	74
28	73
29	72
30	71
31	70
32	69
33	68
34	67
35	66