



Утверждаю
Директор МБОУ СШ № 65
О.В. Колпакова
Приказ № 03-02-149
от 02.09.2019г

**Положение
о школьном и муниципальном этапах
спортивных соревнований школьников
муниципальной системы образования города Красноярска
«Президентские состязания»
в 2019-2020**

Красноярск

2019

I. Общие положения

Спортивные соревнования школьников муниципальной системы образования города Красноярска «Президентские состязания» в 2019-2020 учебном году (далее - Состязания) являются приоритетным направлением в деятельности каждого общеобразовательного учреждения по организации и проведению физкультурно-спортивной работы с обучающимися.

Основными целями и задачами Состязаний являются:

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

определение уровня физической подготовленности обучающихся;

определение лучших команд из обучающихся одного класса, добившихся наилучших результатов в физической подготовке и физическом развитии, показавших высокий уровень знаний в области физической культуры, спортивных дисциплин и олимпийского движения.

Состязания проводятся на основании календарного плана официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий города Красноярска на 2020 год, календарём физкультурных и спортивных мероприятий с обучающимися

II. Организаторы мероприятия

Общее руководство Соревнований Лиги осуществляет заместителем директора по УВР, учителями физкультуры.

В программу включаются виды спорта, определенные данным положением, положением о проведении краевого этапа Всероссийских спортивных игр школьников «Президентские спортивные игры» в 2019-2020 учебном году, а также виды спорта, традиционно развивающиеся в районах города Красноярска.

III. Место и сроки проведения мероприятия

Школьный этап проводится до 10 февраля 2020 года согласно положениям, утвержденным руководителем общеобразовательного учреждения.

Школа вносит все результаты Состязаний в электронную программу «АРМ Тестирование» и направляют организаторам Состязаний на электронный адрес: krskarmtest@mail.ru до 28 февраля 2020 года.

IV. Участники мероприятия

К участию допускаются только обучающиеся, отнесенные к основной медицинской группе здоровья.

Медицинский допуск оформляется в соответствии с группой здоровья и медицинской группой для занятий физической культурой, определенными ежегодным профилактическим осмотром

3

На школьном этапе принимают участие обучающиеся 1-11 классов школы.

Все участники должны иметь единую спортивную форму.

V. Программа мероприятия

Состязания проводятся для всех классов по видам программы: спортивное многоборье (тесты) и эстафетный бег, теоретический, творческий конкурсы.

1. Спортивное многоборье (тесты)

Соревнования командные. Состав 8 юношей и 8 девушек.

Спортивное многоборье включает в себя:

1) Бег:

500 м. (юноши, девушки 1-3 классы),

1000 м. (юноши, девушки 4-11 классы).

Выполняются с высокого старта.

Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,1 сек.

2) Бег:

30 м. (юноши, девушки 1-6 классы)

60 м. (юноши, девушки 7-9 классы)

100 м. (юноши, девушки 10-11 классы).

Проводятся на беговой дорожке (старт произвольный).

Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,01 сек.

3) Челночный бег 3*10 м. (юноши, девушки 6-11 классы). Проводится на ровной дорожке длиной не менее 12-13 м. Отмеряют 10-метровый участок, начало и конец которого отмечают линией (стартовая и финишная черта). Участник становится за стартовой чертой и по команде «марш» начинает бег в сторону финишной черты, касается черты рукой, и возвращается к линии старта, касается стартовой линии, затем снова бежит к финишной черте, пробегая ее. Учитывается время выполнения теста от команды «марш» до пересечения линии финиша.

4) 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.

5) 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. Дается одна

4 попытка. Пауза между повторениями не должна превышать 3 сек. Фиксируется количество отжиманий при условии правильного выполнения упражнения.

6) 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.

7) 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.

8) 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.

VI. Награждение

Команды победители и призеры награждаются грамотами.

VII. Обеспечение безопасности участников и зрите-

лей

Соревнования проводятся на спортивных площадках, при наличии актов готовности спортивных сооружений к проведению мероприятий, утвержденных в установленном порядке.

Участники, представители и зрители должны соблюдать порядок и неукоснительно выполнять требования судей.

IX. Условия финансирования

Расходы, связанные с проведением школьного этапа несет общеобразовательное учреждение в рамках расходов, предусмотренных на обеспечение деятельности общеобразовательных учреждений__