



**Положение
о проведении школьного этапа соревнований
Всероссийских соревнований школьников
«Президентские состязания»**

1. Общие Положения

Всероссийские спортивные соревнования школьников «Президентские состязания» проводятся во исполнение Указа Президента Российской Федерации от 30 июля 2010 года № 948 «О проведении всероссийских спортивных соревнований (игр) школьников» и определяют порядок проведения Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» (далее – Президентские состязания).

2. Цели и задачи

Школьный этап Всероссийских соревнований школьников «Президентские состязания» (далее – Президентские состязания) проводится с целью:

- выявления лучшей класс-команды для участия в муниципальном этапе Президентских состязаний;

- формирования у школьников сознательного отношения к физическому воспитанию.

Задачи Президентских состязаний:

- пропаганда здорового образа жизни, формирование позитивных жизненных установок у подрастающего поколения;

- определение команд, сформированных из обучающихся одного класса (далее – класс-команда), добившихся наилучших результатов в физкультурно-спортивной деятельности, показавших высокий уровень знаний в области физической культуры и спорта и творческие способности;

- определение уровня физической подготовленности обучающихся.

Положение о школьном этапе Президентских состязаний (далее – Положение) определяет правила организации и проведения, правила участия в этапах Президентских состязаний в МОУ СШ № 3 и определения победителей и призеров, а также их организационное и методическое обеспечение.

3. Место и сроки проведения

Школьный этап Президентских состязаний проводится с 24.02 по 07.03 2025 года (согласно графику соревнований) в школе.

4. Руководство проведением

Организацию школьного этапа Президентских состязаний осуществляет директор школы, при непосредственном участии школьного спортивного клуба.

5. Требования к участникам и условия их допуска

К участию в Президентских состязаниях на всех этапах допускаются только обучающиеся, отнесённые к основной медицинской группе для занятий физической культурой и спортом. К участию в I этапе Президентских состязаний допускаются классы-команды, сформированные из обучающихся одного класса во всех параллелях с 1 по 11 класс, и (или) с

низкой наполняемостью классов, возможно создание сборных классов-команд из учащихся нескольких классов (по возрастным группам).

6. Программа президентских состязаний

№ п/п	Дата и время	Вид программы	Форма участия	Место проведения
1	24.02.2025	Открытие		
2	24.02.2025 – 28.02.2025	Спортивное многоборье	Лично-командная	Спортивный зал
3	03.03.2025 – 07.03.2025	Теоретический конкурс	Лично-командная	Спортивный зал

7. порядок проведения соревнований по видам программы

7.1. Спортивное многоборье

Спортивное многоборье (тесты) включает в себя:

Челночный бег 3 по 10 м (юноши, девушки). Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,1 секунды.

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 «лежа 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 от линии отталкивания двумя ногами одновременно с махом рук. Длина прыжка измеряется в сантиметрах от линии отталкивания до ближнего касания ногами или любой частью тела. Участнику предоставляется три попытки, зачет по лучшей.

Наклон вперед из положения «сидя» (юноши, девушки). На полу обозначается центровая 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, руки вперед, ладони вниз. 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.

Победителем в личном зачете Президентских состязаний в спортивном многоборье раздельно среди юношей и девушек считается спортсмен, набравший в сумме наибольшее количество очков в тестах Президентских состязаний. В случае равенства суммы очков в тестах Президентских состязаний у двух и более участников, победитель в личном зачете определяется по следующим показателям: а) по наибольшему количеству набранных очков в беге на 1000 м; б) по наибольшему количеству набранных очков в прыжке в длину с места; в) присваиваются одинаковые места. Победителем в командном зачете Президентских

состязаний в спортивном многоборье считается класс-команда, набравшая наибольшую сумму очков в тестах Президентских состязаний 4 лучшими (2 юношей + 2 девушек) участниками класса-команды. В случае равенства суммы очков в тестах Президентских состязаний у двух и более классов-команд, победитель в командном зачете определяется по следующим показателям: а) в составе которой большее количество участников, занявших 1, 2, 3 и т.д. мест в личном зачете Президентских состязаний в спортивном многоборье среди юношей и девушек. б) присваиваются одинаковые места.

Таблицы оценки результатов в спортивном многоборье представлены в приложении № 1 к настоящему положению.

7.2. Теоретический конкурс. В теоретическом конкурсе принимают участие все участники классов-команд. Задания для теоретического конкурса будут разрабатываться по следующим темам:

- Олимпийские игры древности, возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения, основные принципы (ценности) олимпизма, символика и атрибутика Олимпийского движения;
 - развитие спорта и олимпийского движения в нашей стране;
 - достижения советских и российских спортсменов на Олимпийских играх и международной арене;
 - влияние занятий физической культурой и спортом на организм школьника.
- Теоретический конкурс проводится в форме тестирования, которое включает 15 вопросов с вариантами ответов. Тестирование проходит каждый участник класса-команды. Время, отведенное для прохождения теста, ограничивается 10 минутами. Каждый правильный ответ оценивается в один балл. Победителем в теоретическом конкурсе определяется класс-команда, набравшая наибольшую сумму баллов. В случае равенства суммы баллов у двух и более классов-команд – определяются одинаковые места.

8. Условия подведения итогов

Победители школьного этапа Президентских состязаний определяются по наименьшей сумме мест, занятых классом-командой в обязательных видах программы, умноженной на соответствующий коэффициент: в спортивном многоборье – 2, в теоретическом конкурсе – 1,5. Участнику класса-команды, который не смог принять участие в спортивном многоборье, теоретическом конкурсе по уважительной причине, в том числе по решению врача (болезнь, травма и т.п.), начисляются очки, набранные участником его класса-команды, показавшим в спортивном многоборье, теоретическом конкурсе худший результат. В случае не принятия участия 2-х и более участников класса-команды по вышеуказанным причинам, очки начисляются следующим образом: одному участнику - худший результат, остальным – 0.

9. Награждение

Победители и призеры в общекомандном зачете, спортивном многоборье (в личном и командном первенстве), теоретическом конкурсе, награждаются грамотами.