

Утверждаю

Директор ГБОУ СОШ №359

П.С. Павлиди

2021



ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении школьного этапа Всероссийских спортивных соревнований школьников
«Президентские состязания»

2021 год

Санкт-Петербург

1. Цели «Президентских состязаний»:

- укрепление здоровья, вовлечение детей в систематические занятия физической культурой и спортом;
- воспитание всесторонне гармонично развитой личности;
- выявление талантливых детей;
- взаимодействие между государствами-участниками СНГ в сфере развития школьного спорта;
- приобщение к идеалам и ценностям олимпизма.

2. Задачи «Президентских состязаний»:

- пропаганда физической культуры и спорта как средства физического, нравственного и духовного воспитания подрастающего поколения;
- пропаганда здорового образа жизни;
- становление гражданской и патриотической позиции подрастающего поколения, формирование позитивных жизненных установок;
- определение уровня физической подготовленности обучающихся
- определение команд, сформированных из учащихся одной общеобразовательной организации (далее - команда), добившихся наилучших результатов в летних видах спорта;
- развитие соревновательной деятельности обучающихся общеобразовательных организаций по различным видам спорта;
- укрепление международных спортивных и гуманитарных связей и обмен опытом с государствами-участниками СНГ в части развития школьного спорта.

3. Место и сроки проведения

Президентские состязания проводятся в четыре этапа: школьный, муниципальный, региональный и всероссийский.

I этап (школьный) – с 15 января 2021 года по 1 апреля 2021 года.

4. Организаторы мероприятия

Общее руководство проведением школьного этапа «Президентских состязаний»

осуществляют учителя физической культуры ГБОУ СОШ № 359

5. Требования к участникам и условия допуска

Школьный этап «Президентских состязаний» проводится среди класс-команд обучающихся, имеющих основную медицинскую группу для занятий физической культурой, установленной в текущем учебном году, в составе 12 участников (6 юношей, 6 девушек), предоставивших заявку.

6. Программа «Президентских состязаний»

Обязательные виды программы

Спортивное многоборье(тесты)

Бег 1000 м (юноши, девушки). Выполняется с высокого старта на беговой дорожке. Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 1 секунды.

Бег 60 м (юноши, девушки). Проводиться на беговой дорожке (старт произвольный). Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,1 секунды.

Бег 30 м (юноши, девушки). Проводиться на беговой дорожке (старт произвольный). Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,1 секунды.

Подтягивание на перекладине (юноши). Подтягивается непрерывным движением так, чтобы его подбородок оказался над перекладиной. Не допускается: сгибание рук поочередно, рывок 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). Сгибание рук выполняется до касания грудью предмета высотой не более 5 см, 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 - лежа на спине, руки за головой, пальцы в замок, ноги согнуты в коленях, ступни закреплены. Фиксируете 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. Участнику предоставляете три попытки.

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. 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.

Творческий конкурс

Теоретический конкурс

Эстафетный бег

Дополнительные виды программы

Бадминтон

Баскетбол

Волейбол

Самбо

Плавание

Футбол 6х6(дисциплина «мини-футбол (футзал)»)

Плавание

7. Условия подведения итогов

Победители и призёры определяются по наименьшей сумме мест, занятых командами в обязательных видах программы.

При равенстве очков преимущество получает команда, занявшая наибольшее количество 1, 2, 3 мест в обязательных видах программы.

Победители и призёры в обязательных и дополнительных видах программы среди девушек и юношей определяются отдельно.

Итоги подводятся до 31.03.2021 по результатам участия в программе.

8. Награждение

Победители в командном и личном первенстве награждаются грамотами и дипломами

9. 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.