

**УТВЕРЖДЕНО**

приказом управления образования  
администрации муниципального  
образования Каневской район  
от «\_18\_» \_09\_ 2018 № 1648\_

**ПОЛОЖЕНИЕ**

**о проведении спортивно-оздоровительных соревнований  
«Президентские состязания» среди обучающихся общеобразовательных  
школ Каневского района, посвящённых 75-летию Краснодарского края  
от немецко-фашистских захватчиков**

**ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ**

Соревнования «Президентские состязания» посвящены 75-летию освобождения Краснодарского края от немецко-фашистских захватчиков.

Основными целями и задачами Президентских состязаний являются:

- определение команд общеобразовательных организаций, сформированных из обучающихся одного класса (далее- класс-команда), добившихся наилучших результатов в физической подготовке и физическом развитии, показавших высокий уровень знаний в области физической культуры и развитии творческих способностей;

- определение уровня двигательной активности обучающихся, степени их вовлеченности в систематические занятия физической культурой и спортом;

- отбор сильнейших класс-команд от Каневского района для участия в региональном этапе;

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

**ЭТАПЫ ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ**

**I этап (школьный) – до 30 ноября 2018 года.**

Соревнования (тестирование) проводятся в общеобразовательных учреждениях между классами внутри каждой параллели (1-11 кл.). Тестирование проводится по единым тестовым испытаниям с участием всех учащихся класса, допущенных к урокам физической культуры. По итогам тестирования определяется команда параллели для участия в районных соревнованиях. Проведение соревнований внутри учебных заведений обеспечивается педагогическими коллективами.

**ОРГАНИЗАТОРЫ МЕРОПРИЯТИЯ**

Общее руководство подготовкой и проведением школьных соревнований осуществляется общеобразовательной организацией.

## УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ

К участию в «Спортивном многоборье» (тестах) школьного этапа «Президентских состязаний» и эстафетном беге допускаются только обучающиеся, отнесённые к основной медицинской группе для занятий физической культурой и спортом.

От одного класса допускается участие неограниченное количество команд.

### ПРОГРАММА МЕРОПРИЯТИЯ

<i>№ n/n</i>	<i>Вид программы</i>	<i>состав команды</i>	<i>форма участия</i>
1.	«Спортивное многоборье» (тесты)	4 юноши, 4 девушки	лично-командная
2.	Эстафетный бег	3 юноши, 3 девушки	командная

### «СПОРТИВНОЕ МНОГОБОРЬЕ»

Соревнования лично-командные. Принимают участие все участники класс-команды.

«Спортивное многоборье» (тесты) включает в себя следующие виды спорта: лёгкая атлетика и спортивная гимнастика.

**1.1. Бег 1000 м** (юноши, девушки). Выполняется с высокого старта на беговой дорожке. Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,01 секунды.

#### **1.2. Бег на короткие дистанции**

**1.2.1 Бег 30 м** (юноши, девушки 6 класс)

**1.2.2. Бег 60 м** (юноши, девушки 7, 8, 9 классы)

**1.2.3.Бег 100 м** (юноши, девушки 10,11 классы)

Соревнования проводятся на беговой дорожке (старт произвольный). Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,01 секунды)

**1.3. 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 видимое для судьи положение виса на 0,5 сек. Не допускается: сгибание рук поочередно, рывки ногами или туловищем, перехват руками, остановка при выполнении очередного подтягивания. Пауза между повторениями не должна превышать 3 сек.

**1.4. 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.

**1.5. Подъем туловища из положения «лежа на спине» за 30 сек.** (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.

**1.6. 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.

**1.7. 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. Выполняются 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.

Таблица оценки результатов прилагается.

Результаты личного зачёта проводятся отдельно среди юношей и девушек.

При равенстве очков у двух или более участников, преимущество получает участник, показавший наилучший результат в беге на 1000 м.

Команда-победительница определяется по наибольшей сумме очков, набранной по сумме 6 лучших результатов (3 юноши, 3 девушки).

При равенстве очков у двух или более классов-команд, преимущество получает класс-команда, набравшая наибольшую сумму очков в беге на 1000 м. Таблица оценки результатов прилагается.

## **2. Эстафетный бег**

Соревнования командные.

Состав команды- 3 юноши и 3 девушки.

Этапы	
1.	600 м- девушка
2.	600 м- юноша
3.	300 м- девушка
4.	300 м- юноша
5.	100 м- девушка
6.	100 м- юноша

Результат фиксируется с точностью до 0,1 сек. По ручному секундомеру при пересечении последним участником класса-команды финишной линии.





Показатель процента обучающихся по уровням общего образования, принявших участие в школьном этапе Президентских состязаний в сельской местности (по состоянию на 1 января 2018 г.), %				Общая информация проведения школьного этапа: 1. Основные виды программы 2. Освещение в СМИ	Объём, выделяемых ассигнований (тыс. рублей)		
начальное общее образование	основное общее образование	среднее общее образование	всего		По разделу "Образование"	По разделу "Спорт"	Внебюджетные источники

Ссылки на протоколы результатов школьного этапа.

Директор ОО \_\_\_\_\_

МП