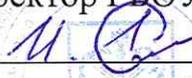


Утверждаю

Директор ГБОУ СОШ №420

 И.А. Стуканов

«01» сентября 2021 года



ПОЛОЖЕНИЕ

О проведении школьного этапа Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» в рамках деятельности образовательных учреждений Колпинского района Санкт-Петербурга по развитию физической культуры и спорта в 2021-2022 учебном году.

1. Общие положения

Всероссийские спортивные соревнования школьников «Президентские состязания» проводятся во исполнение Указа Президента Российской Федерации от 30 июля 2010 г. № 948 «О проведении всероссийских спортивных соревнований (игр) школьников» и в соответствии с частью первой подпункта «ж» пункта 1 Перечня поручений Президента Российской Федерации по итогам заседания Совета по развитию физической культуры и спорта при Президенте Российской Федерации от 22 ноября 2019 г. № Пр-2397, а также в соответствии с календарным планом официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Санкт-Петербурга на 2021 год.

Настоящий порядок проведения школьного этапа всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» в 2021/2022 учебном году (далее – «Президентские состязания») разработан в соответствии с Положением о Всероссийских спортивных соревнованиях школьников «Президентские состязания» в 2021/2022 учебном году.

Целью проведения «Президентских состязаний» является:

- укрепление здоровья школьников;
- вовлечение детей и подростков в систематические занятия физической культурой и спортом;
- воспитание гармонично развитой личности;
- выявление талантливых детей.

Задачи «Президентских состязаний»:

- пропаганда физической культуры и спорта как средства физического, нравственного и духовного воспитания подрастающего поколения;
- определение уровня физической подготовленности обучающихся;

- определение лучших команд общеобразовательных организаций, сформированных из обучающихся одного класса (далее – класс-команды), добившихся наилучших результатов в физкультурно-спортивной деятельности, показавших высокий уровень творческих способностей и знаний в области физической культуры и спорта.

2. Место и сроки проведения «Президентских состязаний»

2.1. Школьный этап «Президентских состязаний» проводится с 14 сентября 2021г в спортзале и на стадионе ГБОУ СОШ №420.

2.2. К участию в «Президентских состязаниях» на всех этапах допускаются обучающиеся, отнесенные к основной медицинской группе для занятий физической культурой и спортом, допущенные школьным врачом, в соответствии с рекомендациями по оказанию медицинской помощи обучающимся «Медицинский допуск несовершеннолетних к соревнованиям и спортивно-оздоровительным мероприятиям в образовательных организациях», утвержденными протоколом заседания Профильной комиссии Минздрава России по гигиене детей и подростков от 06 мая 2014 года № 4.

2.3. В школьном этапе «Президентских состязаний» принимают участие команды 6-7 класса.

2.4. Состав команды класса 8 юношей и 8 девушек одного класса (зачёт по 6 юношей и 6 девушек).

2.5. Все участники «Президентских состязаний» должны иметь аккуратную (для классов-команд – единообразную) спортивную форму, а также двухсторонние нагрудные номера установленного образца.

3. Руководство проведением «Президентских состязаний»

3.1. Общее руководство проведением «Президентских состязаний» осуществляется учителями физической культуры ГБОУ СОШ №420.

3.2. Для проведения «Президентских состязаний» и определения победителей и призеров создаётся судейская коллегия.

4. Программа школьного (в соответствии с программой районного) этапа «Президентских состязаний»

№ п/п	Вид программы	Количество участников		Форма участия
		Юноши	Девушки	
Виды программы				
1	Поднимание туловища из положения лежа на спине (30 сек.)	8	8	лично-командные
2	Прыжок в длину с места (см.)	8	8	лично-командные

3	Сгибание-разгибание рук в упоре (дев)	-	8	лично-командные
4	Подтягивание на высокой перекладине (юн)	8	-	лично-командные
5	Наклон вперед из положения сидя (см)	8	8	лично-командные
6	Бег 60м	8	8	лично-командные

Отказ класса-команды от участия в видах программы не допускается. Неучастие класса-команды в одном из видов программы аннулирует занятые места в остальных видах.

Виды программы:

1. Спортивное многоборье (тесты)

Соревнования лично-командные, проводятся отдельно среди юношей и девушек.

Бег 60 м (юноши и девушки).

Проводится на беговой дорожке (старт произвольный). Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,1 сек.

Наклон вперед из положения сидя. Наклон вперед выполняется из исходного положения сидя на полу, ноги выпрямлены в коленях и упираются в брусок измерительной платформы, руки вперед, ладони вниз. Расстояние между ступнями ног не более 20 см. Выполняется три наклона вперед, при выполнении четвертого наклона необходимо зафиксировать кисти рук в течение 2 сек. на измерительной линейке. Во время фиксации ноги выпрямлены в коленях, пальцы рук находятся на равном расстоянии от туловища участника. Упражнение (фиксация) заканчивается по команде судьи «Есть».

Подтягивание на перекладине (юноши). Выполняется из положения виса (хват сверху, ноги вместе). При сгибании рук необходимо подтянуться (подбородок выше перекладины), разгибая руки, опуститься в вис. Положение виса фиксируется на 0,5 сек. Не допускается сгибание рук поочередно, рывки ногами или туловищем, вис на одной руке, остановка при выполнении очередного подтягивания. Пауза между повторениями не должна превышать 3 сек. Участнику предоставляется одна попытка. Фиксируется количество подтягиваний при условии правильного выполнения упражнения.

Подъём туловища из положения лежа на спине за 30 сек.

Исходное положение – лежа на спине, руки за головой, пальцы в замок, ноги согнуты в коленях, ступни закреплены (партнер по команде руками фиксирует голеностопный сустав участника, выполняющего упражнение). Фиксируется количество выполненных упражнений (подъем туловища из положения лежа до касания локтями коленей) в одной попытке за 30 сек. Во время выполнения упражнения не допускается подъем и смещение таза. Касание мата всей спиной, в том числе лопатками – обязательно.

Прыжок в длину с места. Выполняется одновременным отталкиванием двумя ногами. Длина прыжка измеряется в сантиметрах от линии отталкивания до ближнего касания ногами или любой частью тела. Участнику предоставляется три попытки. В зачет идет результат лучшей попытки.

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (отжимание) (девушки). Исходное положение - упор лежа. 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 отжиманиями не более 3 сек. Фиксируется количество отжиманий при условии правильного выполнения упражнения.

5. Порядок определения победителей в общекомандном зачете

Результаты личного зачета подводятся отдельно среди юношей и девушек команды.

При равенстве очков у двух или более участников, преимущество получает участник, показавший лучший результат в беге на 60м.

Победители и призеры в командном зачете спортивного многоборья (тестах) определяются по суммарному показателю 6 лучших результатов юношей и 6 лучших результатов девушек.

В личном зачете спортивного многоборья места определяются по наибольшему количеству набранных очков, отдельно среди девушек и юношей.

К участию в районном этапе Президентских состязаний допускается класс-команда, победившая в общекомандном зачете.

6. Награждение

Класс-команды, занявшие 1, 2, 3 места в школьном этапе «Президентских состязаний» награждаются грамотами.