

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 1

Амурская область, город Зея, улица Ленина, дом 161; телефон 2-46-64; E-mail: shkola1zeya@rambler.ru

СОГЛАСОВАНО
Управляющим советом школы
Протокол от 12.09.2014 № 1



УТВЕРЖДЕНО
приказом директора
МОАУ СОШ № 1
от 18.09.2014 № 229-од
М.Г. Федоряк
МП



**Положение
о проведении школьного этапа Всероссийских спортивных соревнований
школьников «Президентские состязания»
в муниципальном общеобразовательном автономном учреждении
средней общеобразовательной школе № 1
города Зеи Амурской области**

1. Общие положения

1.1. Положение о проведении школьного этапа Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» (далее – Президентские состязания) определяет цели, задачи, сроки, порядок и условия проведения, а также категорию участников.

1.2. Президентские состязания являются комплексным массовым физкультурно-спортивным мероприятием и проводятся в целях укрепления здоровья подрастающего поколения, привлечения обучающихся к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

2. Цели и задачи:

- пропаганда здорового образа жизни, формирование позитивных жизненных установок подрастающего поколения, гражданское и патриотическое воспитание обучающихся;
- привлечение обучающихся к занятиям спортом и здоровому образу жизни;
- совершенствование спортивно-массовой и оздоровительной работы во внеурочное время;
- развитие в школе массового физкультурно-спортивного движения «Президентские состязания»;
- определение победителя - сборной лучшего класса-команды для направления на муниципальный этап Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания».

3. Место и сроки проведения

3.1. Проведение Президентских состязаний осуществляет муниципальное общеобразовательное автономное учреждение средняя общеобразовательная

школа № 1 города Зеи Амурской области по видам спорта, предусмотренным программой Президентских состязаний.

3.2. Президентские состязания проводятся в период с 01 октября по 01 января текущего учебного года.

4. Организаторы

Организатором Президентских состязаний является сектор физической культуры и спорта школьного Совета старшеклассников.

5. Руководство Президентскими состязаниями

Обеспечение и проведение школьного этапа Президентских состязаний (подготовка мест соревнований, судейство, медицинское обслуживание, соблюдение техники безопасности) организуют учителя физической культуры.

6. Участники Президентских состязаний

6.1. В школьном этапе Президентских состязаний принимают участие команды обучающихся 1-11 классов, сформированные из обучающихся одного класса (далее - класс-команда).

Соревнования проводятся между классами-командами по параллелям. Количество участников классов-команд в каждой параллели, в том числе количество мальчиков и девочек (юношей и девушек), определяет организационный комитет Президентских состязаний.

6.2. Программа Президентских состязаний определяется сектор физической культуры и спорта школьного Совета старшеклассников.

6.3. В программу школьного этапа включены соревнования по наиболее популярным и развитым в школе видам спорта.

6.4. Команды классов формируются в соответствии с Правилами проведения соревнований по видам спорта.

7. Программа школьного этапа Президентских состязаний

№ п/п	Вид программы	Состав команд		
		Юноши	Девушки	Форма участия
1.	«Спортивное многоборье» (тесты)	6	6	Командная
2.	Теоретический конкурс	4	4	Командная
3.	Веселые старты	6	6	Командная
4.	Мини-футбол	6	-	Командная
5.	Дартс	2	2	Личная
6.	Уличный баскетбол	4	4	Командная
7.	Встречная эстафета	6	6	командная

Участие в дополнительных видах программы - по желанию.

Система проведения соревнований по спортивному многоборью (тестам), веселым стартам, а также дополнительным видам определяется организационным комитетом Президентских состязаний.

7.1. Обязательные виды программы:

1. Спортивное многоборье

Соревнования командные. Принимают участие не менее 6 юношей и 6 девушек.

Спортивное многоборье (тесты) включает в себя:

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

Бег 30 м (юноши, девушки 6 класс), **60 м** (юноши, девушки 7, 8, 9 классы), **100 м** (юноши, девушки 10,11 классы). Проводится на беговой дорожке (старт произвольный). Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,1 секунды.

Челночный бег 3x10 м (юноши, девушки). Проводится на ровной дорожке длиной не менее 12-13 м. Отмеряют 10-метровый участок, начало и конец которого отмечают линиями (стартовая и финишная черта). Участник становится за стартовой чертой и по команде «марш» начинает бег в сторону финишной черты; касается ногой финишной черты и возвращается к линии старта. Касается ногой линии старта, снова бежит к финишной черте и, пробегая ее, финиширует. Учитывается время выполнения теста от команды «марш» до пересечения линии финиша.

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 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.

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.

7.2. Теоретический конкурс «Олимпиада начинается в школе»

В теоретическом конкурсе принимают участие 4 юноши и 4 девушки.

Задания для теоретического конкурса будут разрабатываться по следующим темам:

- олимпийские игры древности;
- символика, атрибутика и девиз Олимпийского движения;
- возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения;
- основные принципы (ценности) олимпизма и спортивного соперничества;
- воспитательная роль олимпийских игр и олимпийского движения;
- фэйрплэй: принципы, организация, история, современная трактовка;
- олимпийское движение в России;
- выдающиеся достижения отечественных спортсменов на Олимпийских играх;
- краткая характеристика видов спорта, входящих в программу зимних и летних Олимпийских игр;
- олимпийская хартия;
- организация и проведение эстафеты Олимпийского огня.

Порядок проведения теоретического конкурса разрабатывается Жюри согласованию с рабочей группой в соответствии с возрастными особенностями участников регионального этапа Президентских состязаний.

7.3. Веселые старты

Веселые старты – комплексная эстафета, включающая виды двигательной деятельности и элементы видов спорта в соответствии с программой основного общего и среднего (полного) общего образования,

В веселых стартах принимают участие 6 юношей и 6 девушек.

7.4. Дополнительные виды программы:

Мини-футбол

Соревнования командные. Проводятся среди юношей по упрощенным правилам по олимпийской системе.

Состав команды – 7 игроков (в том числе 2 запасных). В поле - 4 игрока и 1 вратарь.

Продолжительность игры - два тайма по 15 минут с перерывом 5 минут.

Число замен в ходе матча не ограничено. Игрок, которого заменили, может вновь вернуться на площадку, заменив любого игрока.

Игра проводится на площадке длиной 24, шириной 12 м с воротами 3×2 м.

Штрафной удар пробивается с шести метров.

Запасные игроки вносятся в протокол до начала игры.

Датс

Соревнования личные. Проводятся отдельно среди юношей и девушек по действующим правилам по олимпийской системе. От каждой класс-команды допускается

4 участника (2 юноши, 2 девушки).

Участники должны иметь собственные ракетки.

Уличный баскетбол

Соревнования командные. Проводятся по действующим правилам по олимпийской системе. От класс-команды допускается 4 юноши, 4 девушки.

Состав команды: 4 игрока, в том числе 1 запасной.

Игра ведется в одно кольцо до 15 очков (с перевесом в два очка) или 20 минут с добавлением 3-х минут.

7.5. Условия подведения итогов:

Победители регионального этапа Президентских состязаний определяются по результатам участия в обязательных видах программы.

Результаты в спортивном многоборье определяются по суммарному показателю

6 лучших результатов у юношей и 6 лучших результатов у девушек. Участнику класса-команды, который не смог принять участие в спортивном многоборье (тестах) по уважительной причине, в том числе по решению врача (болезнь, травма и т.п.) начисляются очки, набранные участником, занявшим в спортивном многоборье последнее место.

Для определения места, занятого классом-командой в теоретическом конкурсе, выводится общий средний балл.

В веселых стартах места определяются по времени прохождения всех этапов комплексной эстафеты.

В случае если на звание победителей претендует более одной класса-команды, то среди классов-команд - претендентов, имеющих одинаковую наибольшую сумму мест, преимущество получает класс-команда, имеющая лучший результат в спортивном многоборье. В случае равенства результатов в спортивном многоборье, преимущество получает класс-команда, имеющая лучший результат в теоретическом конкурсе.

Дополнительно определяются классы-команды, занявшие 1,2 и 3 место в спортивном многоборье, теоретическом конкурсе и веселых стартах.

По результатам участия классов-команд в дополнительных видах программы определяются победители и призеры в видах спорта в командном и личном зачетах.

8. Финансирование школьного этапа Президентских спортивных игр

Проведение школьного этапа Президентских состязаний осуществляется за счёт средств общеобразовательного учреждения.