

Утверждаю  
Директор МБОУ «Новоалександровская СШ»  
Приказ № 28/1 от 28.08.2023 г.  
М.Н. Волотарёва



**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**о школьном этапе**  
**всероссийских спортивных соревнований школьников**  
**«Президентские состязания»**  
**в МБОУ «Новоалександровская СШ»**  
**в 2023-2024 учебного года**

## **1. Общие положения**

Внутришкольные спортивные соревнования «Президентские соревнования» среди учащихся МБОУ «Новоалександровская СШ» в рамках первого этапа проводятся в соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 30.07.2010 № 948 «О проведении всероссийских спортивных соревнований (игр) школьников», порядком проведения Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания», утвержденным приказом Минобрнауки России и Минспорттуризма России от 27.09.2010 № 966/1009 (зарегистрирован в Минюсте России 16 ноября 2010 г., регистрационный № 18976), и определяет порядок проведения школьного этапа Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» (далее – Президентские состязания) в 2022 году.

Основными задачами Президентских состязаний являются:

- пропаганда здорового образа жизни, формирование позитивных жизненных установок подрастающего поколения, гражданское и патриотическое воспитание обучающихся;
- вовлечение школьников в систематические занятия физической культурой и спортом.
- определение уровня двигательной активности обучающихся, степени их вовлеченности в занятия физической культурой и спортом, наличия установок и навыков здорового образа жизни.

## **2. Место и сроки проведения**

I этап (школьный) проводится в МБОУ «Новоалександровская СШ» до 29 февраля 2024 г. согласно положению, утвержденному директором школы. Положение, таблицы результатов, фотоотчёты первого этапа размещаются на сайте школы.

## **3. Руководство проведением соревнований**

Руководство проведением школьного (первого) этапа осуществляет директор общеобразовательного учреждения, при непосредственном участии учителя физической культуры.

## **4. Требования к участникам**

В школьном (первом) этапе Президентских состязаний принимают участие учащиеся со 1 по 11 классы школы.

## **5. Обеспечение безопасности**

5.1. К участию в соревнованиях «Президентские состязания» допускаются учащиеся МБОУ «Новоалександровская средняя школа». По результатам соревнований комплектуется сборная команда школы, которая принимает участие

во втором этапе «Президентские состязания», т.е. первенстве муниципального образования, где находится учреждение.

5.2. Допуск участников к школьным соревнованиям осуществляется при наличии справки врача о состоянии здоровья.

5.3. Участники классов должны иметь спортивную форму для участия в церемонии открытия и закрытия соревнований.

## 6. Программа соревнований

### • Спортивное многоборье

Спортивное многоборье (тесты) включает в себя:

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

В отсутствие условий для проведения тестирования по беговым видам программы на школьном этапе в зимне-весенний период, тестирование по этим видам перенесено на апрель 2024 года.

**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»** (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 – 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.

**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 центровой 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.

Таблицы оценки результатов в спортивном многоборье прилагаются (приложение № 1).

### **7. Условия подведения итогов**

Итоги первого этапа Президентских состязаний подводятся в соответствии с положением о проведении школьного этапа.

Результаты в спортивном многоборье определяются по суммарному показателю лучших результатов у юношей и лучших результатов у девушек среди учащихся школы. Участнику класса, который не смог принять участие в спортивном многоборье (тестах), в том числе по уважительной причине, по решению врача (болезнь, травма и т.п.) начисляется 0 (ноль) очков за все виды программы спортивного многоборья.

### **7. Награждение**

Участники, занявшие 1-3 места в личном зачете, победители и призеры, награждаются грамотами.

### **8. Финансирование**

Расходы, связанные с организацией и проведением внутришкольных соревнований «Президентские состязания» (расходы на проведение соревнований, грамоты) несет МБОУ «Новоалександровская СШ».