

Физкультурно-спортивный  
клуб «Старт»



Утверждаю  
Директор МАОУ «Лицей 7»  
\_\_\_\_\_ Перевалова И. Д  
« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2022 г.

## **Положение**

о школьном этапе всероссийских спортивных соревнований  
школьников «Президентские состязания» в 2022 – 2023 учебном году

## 1. Общие положения

Настоящее Положение разработано 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 регионального этапа Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» (далее – Президентские состязания) в 2021 году.

Основными задачами Президентских состязаний являются:

- ✓ пропаганда здорового образа жизни, формирование позитивных жизненных установок подрастающего поколения, гражданское и патриотическое воспитание обучающихся;
- ✓ определение лучшей класс-команды общеобразовательного учреждения лицея № 7, сформированных из обучающихся одного класса, добившихся наилучших результатов в физической подготовке и физическом развитии и показавших высокий уровень знаний в области физической культуры, спортивных дисциплин и олимпийского движения;
- ✓ 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

**Школьный** (первый) этап проводится в МАОУ «Лицей № 7» с сентября 2022 года до 1 февраля 2023 г.

## 3. Руководство проведением соревнований

Руководство проведением **школьного** (первого) этапа осуществляют директором лицея при непосредственном участии физкультурно-спортивного клуба «Старт».

## 4. Требования к участникам и условия их допуска

В **школьном** (первом) этапе Президентских состязаний принимают участие учащиеся со 2 по 11 класс лицея № 7.

## 5. Программа соревнований

№ п/п	Вид программы	Юноши	Девушки	Форма участия
1.	«Спортивное многоборье» (тесты)	8	8	командная
2.	Эстафетный бег	6	6	командная
3.	Теоретический конкурс	4	4	командная
4.	Творческий конкурс	8	8	командная

Обязательными видами программы для всех классов-команд являются спортивное многоборье (тесты), эстафетный бег, теоретический и творческий конкурсы.

## **1. Спортивное многоборье**

Соревнования командные. Состав классов-команд – 8 юношей и 8 девушек.  
Спортивное многоборье включает в себя:

**Бег 500 м** (юноши, девушки 2,3,4,5 классы). Выполняется с высокого старта. Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,01 сек.

**Бег 1000 м** (юноши, девушки 6,7,8,9,10,11 классы). Выполняется с высокого старта. Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,01 сек.

**Бег 30 м** (юноши, девушки 2,3,4,5 и 6 класс), **60 м** (юноши, девушки 7, 8, 9, 10, 11 классы). Проводится на беговой дорожке (старт произвольный). Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,01 сек.

**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.

## **2. Эстафетный бег**

Соревнования командные. Состав классов-команд – 6 юношей и 6 девушек.

Эстафета проводится на дистанции 12х220 м, 1 этап – девушки, 2 этап – юноши и т.д.

Результаты фиксируются с точностью до 0,1 сек. по ручному секундомеру при пересечении последним участником класса-команды финишной линии.

### 3. Творческий конкурс

Соревнования командные. Участвует весь состав класса-команды.

В случае нарушения регламента, в части количества участников (без уважительной причины), классу-команде присуждается последнее место в творческом конкурсе.

Класс-команда представляет музыкально-художественную композицию (визитку).

Для раскрытия темы могут быть использованы различные виды художественного, ораторского и сценического искусства (исполнение песен, танцев, декламирование, элементы различных видов спорта).

Сюжет музыкально-художественной композиции должен быть эмоциональным, позитивным, в динамике – вся команда или сменяющие друг друга участники. Слайдовое сопровождение является дополнением, а не заменяет сценические действия участников, его наличие не оценивается.

Время выступления – до 4 минут.

#### Критерии оценки:

- актуальность музыкально-художественной композиции и соответствие заданной теме (0-10 баллов);
- режиссура (образность представляемой музыкально-художественной композиции, явление действительности, творчески воссозданное с позиции определенного эстетического идеала; наглядность – создание художественных образов при помощи определенных средств (слово, звук, цвет, изображение и т.п.) (0-10 баллов);
- соответствие регламенту (0-5 баллов);
- сценическая культура и качество исполнения музыкально-художественной композиции (0-8 баллов);
- костюмы участников, культура использования реквизита (0-8 баллов).

Члены Жюри оценивают музыкально-художественную композицию каждого класса-команды по каждому критерию.

### 4. Теоретический конкурс

Соревнования командные. Состав классов-команд – 4 юноши и 4 девушки.

Задания для теоретического конкурса будут разрабатываться по следующим темам:

- влияние занятий физической культурой и спортом на организм школьника;
- развитие спорта и олимпийского движения в нашей стране,
- выдающиеся достижения советских и российских спортсменов;
- Олимпийские игры древности, возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения, основные принципы (ценности) олимпизма, символика и атрибутика олимпийского движения.

Теоретический конкурс проводится в форме тестирования. Каждый правильный ответ оценивается в один балл.

### 6. Условия подведения итогов

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

Неучастие класса-команды, а также дисквалификация команды в одном из обязательных видов программы аннулирует занятые места во всех видах программы.

Победители школьного этапа Президентских состязаний определяются по наименьшей сумме мест, занятых классом-командой в обязательных видах программы, умноженной на соответствующий коэффициент: в спортивном многоборье – 2, в творческом конкурсе – 1, в теоретическом конкурсе – 1, в эстафетном беге – 1.

Результаты в **спортивном многоборье** определяются по суммарному показателю 7 лучших результатов у юношей и 7 лучших результатов у девушек.

Участнику класса-команды, 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.

Результаты в **творческом конкурсе** определяются по наибольшей сумме баллов.

Результаты в **теоретическом конкурсе** определяются по наибольшей сумме баллов.

В **эстафетном беге** места определяются по лучшему времени.

В случае равенства результатов в командном зачете, 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. При равенстве результатов в теоретическом конкурсе преимущество получает класс-команда, имеющая лучший результат в творческом конкурсе. В случае равенства результатов в творческом конкурсе преимущество получает класс-команда, имеющая лучший результат в эстафетном беге.

Дополнительно определяются классы-команды, занявшие 1, 2 и 3 места в отдельных видах программы – в спортивном многоборье, эстафетном беге, творческом и теоретическом конкурсах.

В дополнительных видах программы Президентских состязаний определяются победители и призеры.

## 7. Награждение

Классы-команды, занявшие 1, 2 и 3 места в спортивном многоборье, награждаются грамотами. Участники классов-команд, занявших 1, 2 и 3 места в спортивном многоборье, награждаются грамотами.

Классы-команды, занявшие 1, 2 и 3 места в командных видах программы, награждаются грамотами.

Участники, занявшие 1, 2 и 3 места в индивидуальных видах программы Президентских состязаний, награждаются грамотами.

Классы-команды, занявшие 1, 2 и 3 места в общекомандном зачете, награждаются грамотами.

## 8. Условия финансирования

Расходы, связанные с организацией и проведением первого этапа Президентских состязаний несет руководство школы.

ЗАЯВКА  
на участие в школьном этапе всероссийских спортивных соревнований школьников  
«Президентские состязания»  
в 2022 - 2023 учебном году

класс \_\_\_\_\_

№	Ф.И.О. (полностью)	Дата рождения (полностью)	Домашний адрес
1.			
2.			
	Представитель класса-команды		
1.			

Классный руководитель \_\_\_\_\_  
(Ф.И.О. полностью)