



Утверждаю:

Руководитель управления образования

2022 г.

ПОЛОЖЕНИЕ о проведении районного этапа Президентских состязаний

Цели и задачи.

Определение лучших команд общеобразовательных школ района, добившихся наилучших результатов в физической подготовке и физическом развитии и показавших высокий уровень знаний в области физической культуры, спортивных дисциплин и олимпийского движения.

Пропаганда здорового образа жизни. Воспитание духа коллективизма, взаимовыручки.

Сроки и место проведения.

Соревнования проводятся 22.04.2022 года в 10.00 часов, по адресу: п. Нижний Ингаш (спортивный зал ДЮСШ «Темп»).

Судейская коллегия -9.30 часов.

Руководство проведением соревнований.

Общее руководство проведением соревнований осуществляется Управлением образования, судейство возлагается на ДЮСШ «Темп». Главный судья соревнований – В.Н. Чупин

Судьи:

- «Спортивное многоборье» и «Эстафетный бег» - Ю.В.Райков,
Киушов Б.Н., Н.И. Шадрина, Н.А. Журбенко,
- «Творческий конкурс» - М.Н. Энс, Т.Н. Каплёва, О.С. Мельникова
- «Теоретический конкурс» - А.С. Мазур

Условие соревнований.

К участию в соревнованиях допускаются обучающиеся 7 классов (2007-2009 годов рождения). Состав команды 8 участников (4 мальчика + 4 девочки + 1 руководитель).

Все участники команды должны иметь единую спортивную форму.

ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ

№ п\п	Вид программы	Юноши	Девушки	Форма участия
------------------	----------------------	--------------	----------------	----------------------

1.	Спортивное многоборье (тесты)	4	4	командная
2.	Эстафетный бег	3	3	командная
3.	Теоретический конкурс	2	2	командная
4.	Творческий конкурс	4	4	командная

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

1.СПОРТИВНОЕ МНОГОБОРЬЕ.

Спортивное многоборье включает в себя:

Бег 1000 м (юноши и девушки). Выполняется с высокого старта.

Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,01 сек;

Бег 60 м (юноши и девушки). Старт произвольный.

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 разгибания 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», 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 отталкиванием 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 центральная 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.

2.ЭСТАФЕТНЫЙ БЕГ

Соревнования командные. Состав команд – 3 юноши и 3 девушки. Эстафета проводится на дистанции: 1 девушка-600 м; 2 юноша – 600 м; 3 девушка – 300 м; 4 юноша – 300 м; 5 девушка -100 м; 6 юноша – 100 м.

3. ТВОРЧЕСКИЙ КОНКУРС

Соревнования командные. Участвует весь состав команды.

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, способствующим восприятию сценических действий участников, не заменяет их и должно соответствовать сценическим действиям.

Время выступления 8-10 минут.

Критерии оценки:

-актуальность музыкально-художественной композиции и соответствие заданной теме;

- сценическая культура;

- качество исполнения музыкально-художественной композиции;

- костюмы участников;

- культура использования реквизита;

-соответствие регламенту;

Все критерии оцениваются от 0 до 10 баллов. Максимальный уровень оценивания – 60 баллов.

4.ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ КОНКУРС

Соревнования командные. Состав – 2 юноши и 2 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 на Олимпийских играх;
- достижения советских и российских спортсменов на международной арене;

- Олимпийские игры древности, возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения, основные принципы (ценности) олимпизма, символика и атрибутика олимпийского движения.

Теоретический конкурс проводится в форме тестирования.

Условие подведение итогов

Результаты в **спортивном многоборье** определяются по суммарному показателю: 3 лучших результата у юношей и 3 лучших результата у девушек.

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.

Финансирование и награждение. Финансовые расходы на питание и дорогу за счет командирующих организаций. Участники команд, занявшие 1,2,3 места в командных видах программы, награждаются грамотами.