

УТВЕРЖДЕНО

приказом от 13.11.2018года №332-ОД

Исполнительный директор МБОУ лицей №4 им.  
Сергея Тимофеевича Котенко г. Ейска МО  
Краснодарского края

Д.В.Каликина



## **ПОЛОЖЕНИЕ о проведении школьного этапа Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» в 2018-2019 учебном году**

### **1. Общие положения**

1.1. Школьный этап Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» в лицее в 2018-2019 учебном году (далее – Президентские состязания) организуются и проводятся в соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 30.07.2010 № 948, на основании приказа министерства образования и науки и молодежной политики Краснодарского края «О проведении краевых спортивных соревнований школьников «Президентские состязания», распоряжения начальника управления образованием администрации муниципального образования Ейский район от 29.10.2018г. № 318-р «О проведении краевых спортивных соревнований школьников «Президентские состязания», в целях активизации физкультурно-спортивной работы среди учащихся лицея

1.2. Президентские состязания проводятся в целях:

- определения команды лицея для участия в районном этапе Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» в 2019 году;
- проверки и оценки уровня двигательной активности обучающихся, наличия установок и навыков здорового образа жизни;
- приобщения обучающихся к регулярным занятиям физической культурой и спортом и здоровому образу жизни;
- формирование позитивных жизненных установок подрастающего поколения, гражданского и патриотического воспитания обучающихся.

### **2. Этапы и сроки проведения**

2.1. Школьный этап Президентских состязаний проводится в соответствии с методическими рекомендациями «О проведении в 2018-2019 годах школьного и районного этапов Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания».

I этап (школьный) – ноябрь 2018 года

II этап (районный) – январь - апрель 2019 года;

2.2. В школьном этапе Президентских состязаний принимают участие обучающиеся 6-11 классов лицея.

### **3. Руководство проведения « Президентских состязаний»**

3.1. Общее руководство проведения Президентских состязаний осуществляется директором лицея.

3.2. Ответственные за организацию и проведение школьного этапа президентских состязаний учителя физической культуры.

#### 4. Требования к участникам и условия их допуска

4.1. В школьном этапе « Президентских состязаний» участвуют команды 6-11 классов, допущенные к соревнованиям по состоянию здоровья.

4.2. Все участники Президентских состязаний должны иметь единую спортивную форму.

#### 5. Программа школьного этапа Президентских состязаний

№ п/п	Вид программы	Состав класс-команды	Форма участия
1	«Спортивное многоборье»	8 юношей 8 девушек	Лично-командная
2	«Творческий конкурс»	6-8 юношей 6-8 девушек	Командная
3	« Теоретический конкурс»	8 юношей 8 девушек	Командная
4	Эстафетный бег	5 юношей 5 девушек	Командная

#### Спортивное многоборье (тесты) включает:

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

**Подтягивание на перекладине (юноши).** Участник с помощью судьи принимает положение виса хватом сверху с полностью выпрямленными руками. Подтягивание выполняется непрерывным движением так, чтобы подбородок оказался выше грифа перекладины. После опускания в вис самостоятельно останавливает раскачивание и фиксирует на 0,5 секунды 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 секунд.

**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. Предоставляется одна попытка. Пауза между повторениями не должна превышать 3 секунд. Фиксируется количество отжиманий при условии правильного выполнения упражнения.

**Подъем туловища из положения «лежа на спине» (юноши и девушки).** Исходное положение: лежа на спине, руки за головой, пальцы в замок, ноги согнуты в коленях, ступни закреплены. Фиксируется количество правильно выполненных упражнений из исходного положения до касания локтями коленей в одной попытке за 30 секунд.

**Прыжок в длину с места (юноши и девушки).** Выполняется толчком 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 и девушки).** На полу обозначаются центровая линия и перпендикулярно расположенная к ней линия измерения. Исходное положение: участник, сидя на полу, ступнями ног касается центральной линии, ноги выпрямлены в коленях, ступни вертикальны, расстояние между ними составляет 20-30 см, кисти рук в сомкнутом положении находятся на измерительной линии. Выполняется три предварительных наклона вперед, при четвертом наклоне фиксируется результат касания (не менее 2 секунд) кончиками пальцев обеих рук на линии измерения. Сгибание ног в коленях не допускается (положение ног фиксируется партнером). Результат фиксируется с точностью до 1 см (до центральной линии - со знаком минус, после центральной линии – со знаком плюс).

**Бег 1000 метров (юноши и девушки).** Результат фиксируется с точностью до 1 секунды.

Индивидуальные результаты выполнения упражнений многоборья оцениваются по таблице оценки результатов участников спортивного многоборья (тесты)

### **Творческий конкурс.**

*Музыкально-художественная композиция «Игры, которые мы заслужили вместе с тобой»*, посвящается олимпийской тематике. В ней должны быть отражены: история Олимпийских игр, олимпийского движения в России; спортивные традиции образовательного учреждения, района, достижения выдающихся спортсменов.

Для раскрытия темы могут быть использованы элементы танцевального, вокального, музыкального, ораторского, поэтического, сценического искусства, юмора, пантомимы, клоунады, элементы различных видов спорта (акробатики, художественной гимнастики и др.), синхронное выполнение физических упражнений, костюмы, декорации, реквизит, видеоролики и др. Время выступления – до 10 минут.

Критерии оценки музыкально-художественной композиции:

- соответствие заданной теме;
- оригинальность идеи;
- использование разнообразных художественных средств;
- сценическая культура (умение держаться на сцене);
- исполнительское мастерство (артистизм, выразительность, эмоциональность);
- художественное оформление (декорации, костюмы, реквизит);
- соответствие регламенту (выступление не должно превышать отведенное время).

Члены жюри оценивают музыкально-художественную композицию каждой команды по каждому критерию по пятибалльной системе (от 0 до 5 баллов).

Первенство среди команд в этой номинации определяется по наибольшей сумме набранных баллов. В случае равенства данного показателя у двух

команд преимущество отдается команде, получившей больше высоких оценок по отдельным критериям.

### **Теоретический конкурс**

Форма участия – командная

Состав класс-команды 8 юношей и 8 девушек

Задания теоретического конкурса по следующим темам:

- олимпийские игры
- развитие спорта и олимпийского движения в России
- достижения Российских спортсменов
- влияние занятий Ф.К.и С на организм школьников
- чемпионат мира по футболу 2018 г.
- Правила техники безопасности на уроках Ф.К.

### **Эстафетный бег**

Этапы	Класс-команды
1	600м-девушки
2	600м-юноши
3	400м-девушки
4	400м-юноши
5	200м-девушки
6	200м-юноши
7	100м-девушки
8	100м-юноши
9	100м-девушки
10	100м-юноши

### **6. Порядок определения победителей**

Результаты в спортивном многоборье определяются по суммарному показателю лучших результатов

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

В случае равенства суммы мест у двух команд более высокое место присуждается команде, показавшей лучшие результаты в соревнованиях по спортивному многоборью (тестам).

### **7. Награждение победителей Президентских состязаний**

1. Команды, завоевавшие 1-3 места в соревнованиях по спортивному многоборью (тестам), творческому конкурсу» и общекомандном зачёте награждаются грамотами и медалями.