

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор ТМК ОУ «ДСШ №1»  
Терникова М.В.  
«12» марта 2024 г

---

**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**о проведении соревнований школьного этапа Всероссийских спортивных**  
**соревнований школьников «Президентские состязания» в 2023/2024 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 2010г., регистрационный № 18976), и определяет порядок проведения регионального этапа всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» (далее – Президентские состязания) в 2023 году.

Основными задачами Президентских состязаний являются:

пропаганда здорового образа жизни, формирование позитивных жизненных установок у подрастающего поколения, гражданское и патриотическое воспитание обучающихся;

определение уровня физической подготовленности обучающихся;

определение лучших команд общеобразовательного учреждения «Дудинская средняя школа №1», сформированных из обучающихся одного класса (далее – класс-команда), добившихся наилучших результатов в физической подготовке и физическом развитии и показавших высокий уровень знаний в области физической культуры, спортивных дисциплин и олимпийского движения.

## **2. Место и сроки проведения**

**I этап (школьный)** проводится в школе в **марте-апреле 2024 года** согласно положениям, утвержденным директорами школ. Положение, таблицы результатов, фотоотчеты первого этапа размещаются на сайтах школ.

**II этап (муниципальный)** проводится в **апреле 2024 года** между городскими/сельскими классами-командами.

**Школьный этап** проводится по обязательным видам программы: «Спортивное многоборье (тесты), эстафетный бег, теоретический конкурс, подвижные игры (эстафеты).

## **3. Руководство проведением соревнований**

Общее руководство проведением соревнований осуществляет администрация школы. Непосредственная ответственность за организацию школьного этапа возлагается на учителей физической культуры.

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

В школьном этапе Президентских состязаний принимают участие учащиеся с 1 по 11 классы школ.

К участию в Президентских состязаниях не допускаются классы-команды:

состав которых меньше 12 участников (6 юношей и 6 девушек).

Обучающиеся общеобразовательных организаций, являющиеся гражданами других государств, допускаются к соревнованиям всех этапов Президентских состязаний равно как и дети – граждане Российской Федерации.

### 5. Заявки на участие

Заявки на участие в школьном этапе Президентских состязаний подаются по форме согласно приложению № 1 за 10 календарных дней до начала соревнований.

### 6. Программа соревнований

№ п/п	Вид программы	Юноши	Девушки	Форма участия
1.	«Спортивное многоборье» (тесты)	6	6	командная
2.	Эстафетный бег	5	5	командная
3.	Теоретический конкурс	4	4	командная
4.	Подвижные игры (эстафеты)	6	6	командная

Обязательными видами программы для всех классов-команд являются спортивное многоборье (тесты).

#### Спортивное многоборье

Соревнования командные. Состав городских классов-команд – 6 юношей и 6 девушек, сельских классов-команд – 3 юноши и 3 девушки.

Спортивное многоборье включает в себя:

**Бег 600 м** (юноши, девушки). Выполняется с высокого старта. Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,1 сек.

**Бег 20 м** (юноши, девушки). 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 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.

#### **Теоретический конкурс**

Соревнования командные. Состав городских классов-команд – 6 юношей и 6 девушек, сельских классов-команд – 3 юноши и 3 девушки.

Задания для теоретического конкурса будут разрабатываться по темам Олимпиада по физической культуре для указанного возраста.

#### **Подвижные игры**

4.1. Беговая эстафета. Участники стоят в колоннах на лицевой в/б площадки. По свистку первый участник бежит вперед, обегает конус на противоположной лицевой в/б площадки и, возвращаясь, передает эстафетную палочку следующему участнику. Побеждает команда, показавшая наименьшее время на прохождение всех участников. Выронивший палочку, должен поднять ее и передать следующему участнику + штраф 2 сек.

4.2. Передача мячей в колоннах. Участники стоят в колоннах и первого участника в руках баскетбольный мяч. По свистку он передает его второму участнику над головой, тот третьему и тд. Последний участник получает мяч, бежит в голову колонны и передает мяч сверху следующему. Побеждает команда, показавшая наименьшее время для возврата к исходному построению. При потере мяча участник, выронивший мяч, поднимает его, встает на свое место и продолжает эстафету + штраф 2 сек.

4.3. Баскетбольная эстафета с ведением мяча. Участники стоят в колоннах на лицевой в/б площадки. По свистку первый участник бежит вперед, выполняя ведение баскетбольного мяча и «змейкой» обегая 5 конусов, стоящих перед ним. Обегая последний конус на противоположной лицевой в/б площадки он берет мяч в руки и бегом возвращается, выполняя от 3-х метровой линии в/б своей площадки передачу мяча двумя руками от груди следующему участнику. Побеждает команда, показавшая наименьшее

время на прохождение всех участников. Выронивший мяч, должен поднять его и продолжить выполнение задания + штраф 2 сек.

4.4. Эстафета с волейбольным мячом. Участники стоят в колоннах на лицевой в/б площадки. По свистку первый участник бежит вперед с волейбольным мячом, до лицевой в/б площадки выполняет в стену одну «верхнюю» и одну «нижнюю» передачи, ловит мяч и, возвращаясь передает мяч следующему участнику. Побеждает команда, показавшая наименьшее время на прохождение всех участников. Выронивший мяч, должен поднять его и продолжить выполнение эстафеты + штраф 2 сек.

4.5. Передача мяча в колоннах сидя. И.п. участников «сидя ноги врозь» в колонне у первого участника баскетбольный мяч. По свистку он передает его сзади сидящему через одну из сторон, следующий должен передать мяч назад через противоположную сторону. Последний участник, получив мяч, встает, бежит в голову колонны и, сев, передает мяч сзади сидящему. Побеждает команда, показавшая наименьшее время на прохождение всех участников. Выронивший мяч, должен поднять его и продолжить выполнение эстафеты + штраф 2 сек. Передача мяча не через противоположную сторону + 5 сек штрафа.

## **7. Условия подведения итогов**

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

Победители школьного этапа Президентских состязаний определяются по наименьшей сумме мест, занятых классом-командой в обязательных видах программы.

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 подвижных играх. В случае равенства результатов в творческом конкурсе преимущество получает класс-команда, имеющая лучший результат в эстафетном беге.

## **8. Награждение**

Награждение победителей и призеров школьного этапа Президентских состязаний проводится в соответствии с положением о проведении школьного этапа.

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

**ЗАЯВКА**  
на участие в школьном этапе Всероссийских спортивных соревнований  
школьников «Президентские состязания»  
в 2023/2024 учебном году  
\_\_\_\_\_ класс

№	Фамилия Имя Отчество	Дата рождения	Домашний адрес

Представитель класса-команды:

Классный руководитель: