

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 31» (МБОУ СШ № 31)

660092, Россия, Красноярский край, город Красноярск, ул. Шевченко, дом 38

Телефон/факс (391) 266-97-38 E-mail: school31krsk@yandex.ru

ОКПО 53636301 ОГРН 1022402059767

ИНН\КПП 2462022764\246201001

Утверждаю:
Директор МБОУ СШ № 31
Н.С. Данилюк
Приказ № 16 от 27.01.2021



ПОЛОЖЕНИЕ

**о проведении школьного этапа Всероссийских
спортивных соревнований школьников**

**«Президентские состязания» среди команд муниципального
бюджетного общеобразовательного учреждения**

«Средняя школа № 31»

в 2020-2021 учебном году

1. Цели и задачи «Президентских состязаний»

1. Определение лучших команд общеобразовательных учреждений, сформированных из обучающихся одного класса, добившихся наилучших результатов в физической подготовке и физическом развитии, показавших высокий уровень знаний в области физической культуры, спортивных дисциплин и олимпийского движения;

2. Определение уровня двигательной активности обучающихся, степени их вовлеченности в занятия физической культурой и спортом, наличия установок и навыков здорового образа жизни;

3. Пропаганда здорового образа жизни, формирование позитивных жизненных установок подрастающего поколения, гражданское и патриотическое воспитание обучающихся.

2. Место и сроки проведения

Президентские состязания проводятся в четыре этапа: школьный, муниципальный, региональный и всероссийский.

I этап (школьный) – с января 2021 года по февраль 2021 года.

II этап (муниципальный) - с апреля 2021 года по май 2021 года.

3. Организаторы мероприятия

Общее руководство проведением школьного этапа «Президентских состязаний»

осуществляют учителя физической культуры и руководитель ФСК «Рекорд»

4. Требования к участникам и условия допуска

Школьный этап «Президентских состязаний» проводится среди обучающихся 1-11 классов,

имеющих основную медицинскую группу для занятий физической культурой, установленной в текущем учебном году.

5. Программа «Президентских состязаний»

Спортивное многоборье

Бег 1000 м (юноши, девушки). Выполняется с высокого старта на беговой дорожке. Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 1 секунды.

Бег 60 м (юноши, девушки). Проводиться на беговой дорожке (старт произвольный). Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,1 секунды.

Бег 30 м (юноши, девушки). Проводиться на беговой дорожке (старт произвольный). Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,1 секунды.

Подтягивание на перекладине (юноши). Подтягивается непрерывным движением так, чтобы его подбородок оказался над перекладиной.. Не допускается: сгибание рук поочередно, рывок 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» (отжимание) (девушки). Сгибание рук выполняется до касания грудью предмета высотой не более 5 см, 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. Фиксируете 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. Участнику предоставляете 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.

6. Условия подведения итогов

Итоги подводятся в конце учебного года по результатам участия во всех видах программы.

7. Награждение

Победители в командном и личном первенстве награждаются грамотами и дипломами

9. Обеспечение безопасности участников и зрителей

Физкультурные и спортивные мероприятия проводятся на спортивных сооружениях, отвечающих требованиям соответствующих нормативных правовых актов, действующих на территории Российской Федерации и направленных на обеспечение общественного порядка и безопасности участников и зрителей.

Руководитель структурного подразделения

 А.Ю. Суптеля

МБОУ СШ № 31, Данилюк Никита Сергеевич, ДИРЕКТОР
17.11.2021 09:52 (MSK), Сертификат № 0BEV3D00D3AC33974C1F90D515FF35B9