

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА №149»**

СОГЛАСОВАНО

на Педагогическом совете
МАОУ СШ №149
Протокол №1 от 30.08.2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СШ №149
/ А.А. Шмаланд /
Приказ № 90-10 от 02.09.2024 г.

ПОЛОЖЕНИЕ

**о проведении школьного этапа Всероссийских спортивных соревнований
школьников «Президентские состязания»
в 2024-2025 учебном году**

I. Общие положения

Настоящее Положение разработано в соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 30.07.2010 № 948 «О проведении всероссийских спортивных соревнований (игр) школьников», положением о региональном этапе Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» в 2024/2025 учебном году (далее – Положение о региональном этапе).

Основными целями и задачами Состязаний являются:

- пропаганда здорового образа жизни, формирование позитивных жизненных установок подрастающего поколения, гражданское и патриотическое воспитание обучающихся;
- определение уровня физической подготовленности обучающихся;
- 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.

Состязания проводятся на основании календарного плана официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий города Красноярска на 2024 год, календаря физкультурных и спортивных мероприятий с обучающимися и методических мероприятий с педагогическими работниками образовательных организаций муниципальной системы образования города Красноярска на 2024-2025 годы, утвержденного приказом № 281/п от 25.07.2024.

Состязания являются приоритетным направлением деятельности каждого общеобразовательного учреждения по организации и проведению физкультурно-спортивной работы с обучающимися.

II. Место и сроки проведения мероприятия

1 этап (школьный) – проводится в МАОУ «СШ №149» с 1.09.2024г. по 28.02.2025г

III. Руководство проведением соревнований

Руководство проведением школьного (первого) этапа осуществляет МО учителей физической культуры.

IV. Программа мероприятия

№ п/п	Вид программы	Классы	Форма участия
1	«Спортивное многоборье» (тесты)	1-11	Свободная

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

Спортивное многоборье.

Спортивное многоборье включает в себя:

- 1) Бег 500м. (Юноши и девушки 1-3 классы), Бег 1000 м. (Юноши и девушки 4-11 классы).

Выполняется с высокого старта. Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,1 сек.

2) Бег:

30 м (юноши, девушки 5-6 класс);

60 м (юноши, девушки 7-9 класс);

100 м (юноши, девушки 10-11 класс).

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

3) 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.

4) 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.

5) 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.

6) 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.

7) 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.

V. Условия подведения итогов

Итоги первого и второго этапов Президентских состязаний подводятся в соответствии с положением о проведении школьного и муниципального этапов.

Результаты в спортивном многоборье определяются по суммарному показателю 8 лучших результатов у юношей и 8 лучших результатов у девушек среди классов-команд.

VI. Награждение

Победители и призёры награждаются грамотами.

VII. 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, а также при наличии актов готовности физкультурного и спортивного сооружения к проведению мероприятия, утверждённых в установленном порядке.