

Физкультурно-спортивный  
клуб «Старт»



Утверждаю  
Директор МАОУ Лицей №7  
И.Д. Первалова  
«26» января 2021 года

Положение  
о школьном этапе  
Всероссийских спортивных соревнований школьников  
«Президентские состязания»  
В 2020 – 2021 учебном году

г. Красноярск  
2021 год

## **Общие положения**

Настоящее Положение о школьном этапе Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» в 2020-2021 учебном году (далее – Состязания) разработано в соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 30.07.2010 № 948 «О проведении всероссийских спортивных соревнований (игр) школьников», положением о проведении регионального этапа Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» в 2020-2021 учебном году.

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 общеобразовательного учреждения, сформированных из обучающихся одного класса, добившихся наилучших результатов в физической подготовке.

Состязания являются приоритетным направлением по организации проведению физкультурно-спортивной работы с обучающимися.

### **I. Организаторы мероприятия**

Общее руководство Состязаний осуществляется директором МАОУ «Лицей № 7» И.Д. Перваловой, при непосредственном участии ФСК «Старт».

### **II. Место и сроки проведения мероприятия**

1 этап (школьный) – проводится на территории МАОУ «Лицей № 7». Положение, таблицы результатов, отчеты первого этапа размещаются на сайте школы.

Таблицы отчета о проведении первого этапа школьного оформляются согласно установленной форме.

Учителя физической культуры МАОУ «Лицей № 7» все результаты Состязаний школьного этапа вносят в электронную программу «АРМ Тестирование» не позднее 20 февраля 2021 года. При внесении сведений в базу «АРМ Тестирование» допускается внесение результатов, показанных обучающимися в осенний период 2020-2021 учебного года.

Победитель первого этапа (школьного) определяется автоматически в программе «АРМ Тестирование».

### **III. Участники мероприятия**

К участию допускаются только обучающиеся, отнесенные к основной медицинской группе здоровья. Медицинский допуск оформляется в соответствии с группой здоровья и медицинской группой для занятий физической культурой, определенными ежегодным профилактическим осмотром и в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23.10.2020 № 1144-п «О порядке организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

К участию в «Президентских состязаниях» первого этапа (школьный) допускаются обучающиеся одного класса одной общеобразовательной организации, зачисленные **в данный класс** до 1 января 2021 года.

На первом этапе (школьном) принимают участие обучающиеся с 1 по 11 классы школы.

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

#### **V. Программа мероприятия**

На первом (школьном) этапе состязания проводятся для всех классов по видам программы: спортивное многоборье (тесты).

Спортивное многоборье включает в себя:

1) Бег:

500 м (юноши, девушки 1- 3 классы),

1000 м (юноши, девушки 4-11 классы).

Выполняются с высокого старта. Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,1 секунды.

2) Бег:

30 м (юноши, девушки 1-6 класс)

60 м (юноши, девушки 7-9 классы)

100 м (юноши, девушки 10-11 классы).

Проводятся на беговой дорожке (старт произвольный). Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,01 секунды.

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 секунд, 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 секунд.

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 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.

Результаты участника, которые вносятся в программу «АРМ Тестирование», обчитываются автоматически.

## **VI. Награждение**

Победители и призеры награждаются грамотами.

## **VII. Обеспечение безопасности участников**

Состязания проводятся на спортсооружениях МАОУ «Лицей № 7», отвечающих требованиям соответствующих нормативных правовых актов, действующих на территории Российской Федерации, направленных на обеспечение общественного порядка и безопасности участников, а также при условии наличия актов готовности спортивных сооружений к проведению мероприятий, утвержденных в установленном порядке.

Участники должны соблюдать порядок и неукоснительно выполнять требования судей.

На школьном этапе Состязаний обеспечить меры, направленные на профилактику и предотвращение распространения новой коронавирусной инфекции (Covid-19). При проведении Состязаний исключить объединение обучающихся из разных классов.

## **VIII. Предотвращение противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и борьба с ними**

Предотвращение противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и борьба с ним осуществляются в соответствии с Федеральным законом от 23.07.2013 N 198-ФЗ, другими федеральными законами и иными нормативными правовыми актами Российской Федерации, а также в соответствии с нормами, утвержденными общероссийскими спортивными федерациями.

## **IX. Страхование участников**

Все участники команды должны иметь страховые полисы обязательного медицинского страхования.

## **X. Условия финансирования**

Расходы, связанные с организацией и проведением первого этапа (школьного) осуществляются за счет внебюджетных средств МАОУ «Лицей № 7».