

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 157»**
ул. Петра Ломако, д.4а, г. Красноярск, 660077. Тел. 2178894, 2178981
e-mail: sch157@mailkrsk.ru сайт: <https://preobrschool24.gosuslugi.ru/>
ОГРН: 1192468038498 ИНН/ КПП: 2465328207/246501001 ОКПО 93929094

СОГЛАСОВАНО
на заседании
Совета родителей
Протокол № 1
от 30.08 2023 г.

СОГЛАСОВАНО
на заседании
Совета
старшеклассников
Протокол № 1
от 30.08 2023 г.

СОГЛАСОВАНО
на заседании
Педагогического совета
Протокол № 1
от 30.08 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СШ № 157
М.В. Коваленко
от 30.08 2023 г.



ПОЛОЖЕНИЕ
о проведении «Президентских состязаний»
среди обучающихся 1-11 классов МАОУ СШ № 157
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 2010 г., регистрационный № 18976), и определяет порядок проведения регионального этапа всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» (далее — Президентские состязания) в 2024 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 общеобразовательных учреждений Красноярского края, 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 МАОУ СШ № 157 с 01.09.2023 до 29 февраля 2024 года. Положение, таблицы результатов, фотоотчет первого этапа размещается на сайте школы.

3. Руководство проведением соревнований

Руководство проведением школьного (первого) этапа осуществляют директор МАОУ СШ № 157 Коваленко М.В., учителя физической культуры: Мезенцев Д.С., Кузнецова А.Г., Мордвинов С.В., Рябов А.А., Козлов Д.В., Цимлянский А.В., Назарова О.В., Маскальонова С.А.

4. Требования к участникам и условия их допуска

В школьном (первом) этапе Президентских состязаний принимают участие обучающиеся с 1 по 11 классы школ, краевых организаций.

5. Программа соревнований

№ п/п	Вид программы	Классы	Форма участия
1	«спортивное многоборье» (тесты)	1-11 классы	Свободное

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

Спортивное многоборье.

Спортивное многоборье включает в себя:

1) **Бег 1000 м** (юноши, девушки). Выполняется с высокого старта. Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,1 сек.

2) **Бег 30 м** (юноши, девушки 5, 6 классы), 60 м (юноши, девушки 7, 8, 9 классы), 100 м (юноши, девушки 10, 11 классы). Проводится на беговой дорожке (старт произвольный). Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,01 сек.

3) **Челночный бег 3*10 м**. Юноши и девушки 5-11 классы. Проводятся на ровной дорожке длиной не менее 12-13 метров. Отмеряют 10-метровый участок, начало и конец которого отмечают линией (стартовая и финишная черта). Участник становится за стартовой чертой и по команде «марш» начинает бег в сторону финишной черты, пересекает черту одной ногой или наступает на финишную черту, и возвращается к линии старта, пересекает или наступает, и затем снова бежит к финишной черте, перебегая ее. Учитывается время выполнения теста от команды «марш» до пересечения линии финиша.

В случае отсутствия условий для проведения тестирования по беговым видам программы на школьном этапе в зимне-весенний период, тестирование по этим видам может быть перенесено на апрель 2024 года.

4) **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.

5) **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.

6) **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.

7) **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. В зачет идет результат лучшей попытки.

8) **Наклон вперед из положения «стоя»** (юноши, девушки). На тумбе обозначается центровая линия. Участник, стоя на тумбе, ступни ног сдвинуты вместе или на расстоянии 10-15 см друг от друга, ноги выпрямлены в коленях. 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.

Таблицы оценки результатов в спортивном многоборье прилагаются (приложение № 5).

6. Условия подведения итогов

Итоги первого и второго этапов Президентских состязаний подводятся в соответствии с положениями 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 городских классов-команд.

7. Награждение

Победители и призеры награждаются грамотами.

8. Условия финансирования

Расходы, связанные с организацией и проведением первого этапа Президентских состязаний, несут органы исполнительной власти в области образования и физической культуры и спорта муниципальных районов, муниципальных и городских округов Красноярского края.

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, а также при наличии актов готовности физкультурного или спортивного сооружения к проведению мероприятия, утвержденных в установленном порядке.