

Утверждаю:

Директор МКОУ
Высокогорская СОШ № 7



З.И.Овечкина

«04» сентября 2012 г.

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении школьного этапа Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» в МКОУ Высокогорская СОШ №7 в 2012-2013 учебном году

1. Цели и задачи

- пропаганда здорового образа жизни, формирование позитивных жизненных установок подрастающего поколения, гражданское и патриотическое воспитание обучающихся;
- определение лучших команд общеобразовательного учреждения, сформированных из обучающихся одного класса (далее – класс-команда), добившихся наилучших результатов в физической подготовке и физическом развитии, и показавших высокий уровень знаний в области олимпийского и паралимпийского движения;
- определение уровня двигательной активности обучающихся, степени их вовлеченности в занятия физической культурой и спортом, наличия установок и навыков здорового образа жизни.

2. Организаторы мероприятия

Президентские состязания проводятся в один этап: школьный.

Руководство проведением школьного этапа Президентских состязаний осуществляют учителя физической культуры и руководители ФСК на базе общеобразовательного учреждения.

Контроль за проведением школьного этапа соревнований возлагается на зам.директора по ВР.

3. Участники игры

В школьном этапе Президентских состязаний принимают участие команды общеобразовательных учреждений с 1-11 классы.

В состав классов-команд входят все учащиеся, имеющие допуск медицинского работника.

4. Программа проведения Президентских состязаний (школьный этап)

№ п/п	Вид программы	Юноши	Девушки	Форма участия
1.	«Спортивное многоборье» (тесты)	Все участники команды		Командная
2.	Веселые старты	Все участники команды		Командная
3.	Творческий конкурс	Все участники команды		Командная
4.	Дартс	2	2	Личная

Таблица 1

Каждая класс-команда должна принять участие в 3 видах программы, указанных в таблице 1. Отказ класса-команды от участия в одном из видов программы аннулирует занятые места во всех видах программы.

Для учащихся 1-4 классов Президентские состязания проводятся по упрощенной программе, в которую входят челночный бег, подтягивание для мальчиков, сгибание и разгибание рук в упоре лежа для девочек и наклоны вперед.

1. Спортивное многоборье.

Соревнования командные. Принимают участие все участники класса-команды.

Спортивное многоборье (тесты) включает в себя:

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

Бег 30 м (юноши, девушки 6 класс), **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 0,1 секунды.

Челночный бег 3x10 м (с кубиками) (юноши и девушки). Проводится на ровной дорожке длиной не менее 12-13 м. Отмеряют 10-метровый участок, начало и конец которого отмечают линией (стартовая и финишная черта). За каждой чертой – два полукруга радиусом 50 см с центром на черте. На дальний полукруг за финишной линией кладут кубик (5 см). Участник становится за стартовой чертой и по команде «марш» начинает бег в сторону финишной черты; обегает полукруг, берет кубик и возвращается к линии старта. Затем кладет кубик (бросать не разрешается) в полукруг на стартовой линии и снова бежит к дальней – финишной – черте, пробегая ее. Учитывается время выполнения теста от команды «марш» до пересечения линии финиша.

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» (отжимание) (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 – лёжа 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 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.

Таблицы оценки результатов в спортивном многоборье прилагаются (приложение № 3).

2. Веселые старты.

Веселые старты – комплексная эстафета, включающая виды двигательной деятельности и элементы видов спорта в соответствии с программой основного общего и среднего (полного) общего образования,

В веселых стартах принимают участие все участники класса-команды.

3. Творческий конкурс.

В творческом конкурсе принимают участие все участники класса-команды.

Творческий конкурс может проводиться в различных формах (клуб веселых и находчивых, конкурс театрализованных постановок, конкурс музыкально-художественных композиций, конкурс плакатов, стенгазет, сочинений, защита тематических проектов, интеллектуальная игра, компьютерное тестирование и т.д.).

Теоретический конкурс «Олимпиада начинается в школе».

В ходе конкурса участникам будет предложено ответить на вопросы по следующим темам:

- олимпийские игры древности;
- символика, атрибутика и девиз Олимпийского и Паралимпийского движения;
- возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения;
- история зарождения олимпийского движения в России;
- олимпийское движение в современной России;
- выдающиеся достижения отечественных спортсменов на Олимпийских и Паралимпийских играх;
- краткая характеристика видов спорта, входящих в программу зимних и летних Олимпийских и Паралимпийских игр;
- олимпийская хартия;
- организация и проведение эстафеты Олимпийского огня.

Теоретический конкурс проводится в форме тестирования. Каждый правильный ответ оценивается в один балл.

4. Дартс.

Соревнования личные. Проводятся отдельно среди юношей и девушек по упрощённым правилам. От каждого класса-команды допускается 4 участника (2 юноши, 2 девушки).

Мишень устанавливается на высоте 1,73 м от пола, на расстоянии 2,37 м. Использование собственных дротиков не допускается.

Каждый участник имеет право сделать по два пробных подхода (6 дротиков) и три зачетных (9 дротиков).

В личном первенстве победитель определяется по наибольшей сумме набранных очков. В случае равенства очков у двух или более участников преимущество определяется по лучшему броску, лучшему подходу - сумме бросков трех дротиков, сумме двух (трех и т.д.) лучших бросков.

5. Условия подведения итогов

Итоги первого и второго этапов Президентских состязаний подводятся в соответствии с оценками результатов участников спортивного многоборья (тестов) Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» (Приложение 2, 3).

Результаты в спортивном многоборье определяются по суммарному показателю всех результатов, показанных участниками класса-команды.

Участнику класса-команды, который не смог принять участие в спортивном многоборье (тестах) по уважительной причине, в том числе по решению врача (болезнь, травма и т.п.) начисляются очки, набранные участником, занявшим в спортивном многоборье последнее место.

Результаты в творческом конкурсе определяются по сумме мест, полученных классом-командой за участие в теоретическом конкурсе.

Для определения места, занятого классом-командой по результатам участия в теоретическом конкурсе (тестировании), выводится общий средний балл, для чего суммируются баллы, полученные каждым участником класса-команды, которые делятся на число участников класса-команды.

В веселых стартах места определяются по времени прохождения всех этапов комплексной эстафеты.

В случае равенства количества баллов, имеющих одинаковую наибольшую сумму мест, 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 веселых стартах. В случае равенства результатов в веселых стартах, преимущество получает класс-команда, имеющая лучший результат в музыкально-художественной композиции.

Дополнительно определяются классы - команды, занявшие 1, 2 и 3 место в спортивном многоборье, веселых стартах и творческом конкурсе.

По результатам участия классов-команд в дополнительных видах программы определяются победители и призеры в видах спорта в командном и личном зачетах.

6. Награждение

Классы-команды, занявшие 1, 2 и 3 места в «Спортивном многоборье», награждаются грамотами.

Участники классов-команд (личное первенство), занявших 1, 2 и 3 места в «Спортивном многоборье» награждаются грамотами, медалями и подарками.

Классы-команды, занявшие 1, 2 и 3 места в командных видах программы, награждаются грамотами.

Участники, занявшие 1, 2 и 3 места в индивидуальных видах программы состязаний, награждаются грамотами, медалями и подарками.

7. Обеспечение безопасности

Места проведения соревнований должны отвечать требованиям соответствующих нормативных правовых актов, действующих на территории Российской Федерации по обеспечению общественного порядка и безопасности участников и зрителей. Соревнования не проводятся без медицинского обеспечения.

8. Предоставление отчетности

Итоги проведения первого этапа Президентских состязаний для 1-4 классов оформляются в виде таблицы (Приложение 2). В таблице указываются результаты каждого из участников класса-команды, общая сумма их результатов и места, которые заняли участники классов-команд по итогам проведения школьного этапа Президентских состязаний.

В день проведения соревнований классные руководители классов-команд представляют в мандатную комиссию следующие документы:

1. Заявка на участие по форме (Приложение № 1).
2. Копия паспорта (свидетельства о рождении), заверенные директором школы.
3. Страховой полис обязательного медицинского страхования.