

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении школьного этапа Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» и «Президентские спортивные игры» в МОУ «СОШ№ 48» Ленинского района г. Саратова,
в 2016-2017 учебном году

I. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

Спартакиада (школьный этап Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» и «Президентские спортивные игры») проводится в целях укрепления здоровья подрастающего поколения, привлечения обучающихся к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

Основными задачами Спартакиады являются:

- определение команд, сформированных из обучающихся одного класса (далее класс- команда), добившихся наилучших результатов в физической подготовке и физическом развитии для участия в межрайонных и городских соревнованиях.
- совершенствование спортивно-массовой и оздоровительной работы;
- пропаганда здорового образа жизни, формирование позитивных жизненных установок, гражданское и патриотическое воспитание обучающихся.

II. СРОКИ И МЕСТА ПРОВЕДЕНИЯ

Школьный этап Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» проводится на спортивной площадке и в спортивном зале МОУ «СОШ№48» в сентябре-апреле 2016-2017 уч. года.

III. ОРГАНИЗАЦИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

Организацию и проведение соревнований школьного этапа Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» осуществляет судейская бригада состоящая из учителей физической культуры и участников совета старшеклассников школы. Ответственность за формирование команды для участия в отдельных видах программы возлагается на учителей физической культуры школы. Явку участников на соревнования обеспечивают классные руководители.

Непосредственное проведение соревнований Спартакиады возлагается на методическое объединение учителей физической культуры.

IV. УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИИ

В школьном этапе участвуют классы-команды с 5 по 11-й классы. Соревнования проводятся между классами-командами по параллелям. В состав класса-команды должны входить все обучающиеся из одного класса, допущенные по состоянию здоровья к участию в соревнованиях. Все участники класса-команды должны иметь спортивную форму.

V. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ ШКОЛЬНОГО ЭТАПА

Соревнования носят лично-командный характер. Программа школьного этапа включает в себя следующие упражнения и виды спорта:

«Президентские состязания»		«Президентские спортивные игры»
1.	Бег - 30 м; 60 м; 100 м (по возрасту)	Стритбол - Баскетбол
2.	Бег - 1000 м	Волейбол (Пионербол)
3.	Метание мяча	Настольный теннис
4.	Прыжки в длину с места	Шашки
5.	Челночный бег 3 x 10 м	
6.	Подтягивание (юноши); отжимание (девушки)	
7.	Пресс за 30 сек	
8.	Г и бкость	

VI. ТЕХНИКА И УСЛОВИЯ ВЫПОЛНЕНИЯ УПРАЖНЕНИЙ

- 1. Бег 1000 м.** Выполняется с высокого старта, результат фиксируется с точностью до 1 сек.
- 2. Бег 30 м** (5-6 класс), **60 м** (7, 8, 9 классы), **100 м** (10, 11 классы). Старт произвольный, результат фиксируется с точностью до 0.1 сек.
- 3. Подтягивание на перекладине.** Участник с помощью судьи принимает положение виса хватом сверху. Подтягивается непрерывным движением до положения подбородка над перекладиной. Опускается в вис. Самостоятельно останавливает раскачивание и фиксирует на 0.5 сек. видимое для судьи положение виса. Разрешается только одна попытка. Не допускается: сгибание рук поочередно, рывки ногами или туловищем. Пауза между повторениями не должна превышать 3 секунд.

4. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (отжимание). Исходное положение: упор лежа на полу. Голова, туловище и ноги составляют прямую линию. Сгибание рук выполняется до касания грудью пола или предмета высотой не более 5 см, не нарушая прямой линии тела, а разгибание производится до полного выпрямления рук при сохранении прямой линии тела. Разрешается одна попытка. Пауза между повторениями не должна превышать 3 сек. Фиксируется только количество правильно выполненных отжиманий.

5. Поднимание туловища из положения «лежа на спине» за 30 сек.

Исходное положение: руки за головой, пальцы в замок, ноги согнуты в коленях, ступни закреплены. Фиксируется количество выполненных упражнений до касания локтями коленей и мата в одной попытке за 30 сек.

6. Прыжок в длину с места. Выполняется 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 предоставляются три попытки.

7. Наклон вперед из положения «сидя». На полу обозначается центровая и перпендикулярная мерная линии. Сидя на полу, участник ступнями ног касается центровой линии, ноги выпрямлены в коленях, ступни вертикальны, расстояние между ними составляет 20-30 см. Выполняется 3 наклона вперед, на 4-м фиксируется результат касания при фиксации (не менее 2 сек.) кончиков пальцев на перпендикулярной мерной линии.

8. Челночный бег. Челночный бег 3х10 м (юноши и девушки).

Проводится на ровной дорожке длиной не менее 12-13 метров. Отмеряется 10-метровый участок, начало и конец которого отмечают линией (стартовая и финишная черта) и ставится конус-фишка. Участник становится за стартовой чертой и по команде «марш» начинает бег в сторону финишной черты; обегает конус-фишку и возвращается к линии старта, обегает конус-фишку и бежит к финишной черте, пробегая ее на максимальной скорости.

Учитывается время выполнения теста от команды «марш» до пересечения линии финиша.

VII. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

В соревнованиях разыгрываются:

личное первенство в каждом виде «Президентских состязаний» личное первенство по сумме многоборья (все виды «Президентских состязаний») командное первенство по сумме «Президентские состязания» + «Президентские спортивные игры».

Результат личного первенства в каждом виде программы определяется по лучшему результату (таблице очков). Итоговый командный результат за вид состязаний - средний результат, показанный всеми учащимися класса.

Участнику класса-команды, который не смог принять участие в одном или нескольких видах многоборья по уважительной причине, в том числе по решению врача (болезнь, травма и т.п.), начисляются очки, набранные участником, занявшим в этом виде программы последнее место.

Командные результаты определяются по наименьшей сумме мест, занятых командой класса в отдельных видах программы.

В случае равенства очков у двух и более участников преимущество получает участник, имеющий лучший результат в беге на 1000 м, при равенстве этого результата преимущество отдается по лучшему результату в подтягивании на перекладине (отжиманию), далее - по результату в подъеме туловища из положения «лежа на спине».

При равенстве очков в сумме многоборья у двух и более участников, преимущество получает участник, который набрал большее количество баллов в беге на 1000 м.

VIII. НАГРАЖДЕНИЕ

Команда класса, ставшая победителем школьного этапа, награждается Почётной грамотой. Команды классов-призёров - грамотами соответствующих степеней; победители и призёры в личном первенстве по отдельным видам программы состязаний награждаются Почётными грамотами.

IX. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ

Ответственность за безопасность участников соревнований несут организаторы соревнований.