

ПОЛОЖЕНИЕ
о проведении муниципального этапа спортивных соревнований
школьников «Президентские состязания»
2018-2019 учебного года

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», приказом министерства образования Оренбургской области от 30.01.2018 «О проведении областных спортивных соревнований школьников «Президентские состязания».

Целью проведения соревнований является активизация двигательной активности обучающихся, привлечение детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

Основными задачами проведения спортивных соревнований «Президентские состязания» являются: совершенствование форм организации внеурочной деятельности обучающихся общеобразовательных организаций; определение уровня физической подготовленности обучающихся, пропаганда здорового образа жизни, формирование позитивных жизненных установок подрастающего поколения, гражданское и патриотическое воспитание обучающихся, а также подготовка к выполнению тестирования ВФСК «ГТО»

**II. РУКОВОДСТВО ПРОЕДИЕМ ПРЕЗИДЕНТСКИХ
СОСТЯЗАНИЙ**

Общее руководство проведением муниципального этапа Президентских состязаний осуществляется управлением образования администрации города Оренбурга, комитетом по физической культуре и спорту администрации города Оренбурга. Руководство организацией школьного этапа соревнований Президентские состязания осуществляется директорами общеобразовательных организаций. Они же несут ответственность за предоставляемые в управление образования сводные отчеты (приложение 1.1).

Непосредственное проведение соревнований возлагается на судейскую коллегию, утвержденную управлением образования и комитетом по физической культуре администрации города Оренбурга.

Главный судья отборочного этапа базовой образовательной организации создает судейскую коллегию и привлекает помощников.

Не позднее, чем за 4 дня главный судья направляет повременной график явки команд участников соревнований, прикрепленных к базе проведения, в управление образования на электронный адрес konovalova.sao@yandex.ru.

Главный судья финального муниципального этапа назначается распоряжением управления образования администрации города Оренбурга.

Судейская коллегия финального муниципального этапа назначается главным судьей.

III. ЭТАПЫ И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ. ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИИ

| | | |
|--------|---|--|
| 1 этап | - Школьный этап. Проводится в каждой общеобразовательной организации с обучающимися 1-11 классов | - до 20.11.2018 |
| | - Сведения о проведении школьного этапа направляются в управление образования :сводные отчеты по каждой параллели с 1 по 11 классы каждой общеобразовательной организации с анализом уровня физической подготовленности обучающихся (в динамике) и протоколы проведения школьного этапа соревнований Президентские состязания | - до 01.03.2019 |
| 2 этап | - Муниципальный. Проводится в два этапа: - отборочный , участвуют команды 4-10 классов; | 27 - 30.11.2018 |
| | - финальный, участвуют победители и призеры команд 4,10 классов и одна из параллелей 5-9 классов согласно жеребьевке | 09-16.04.2019 |
| 3 этап | - Областной. Участие принимают победители муниципального этапа | По приказу министерства образования Оренбургской области |

IV. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И ИХ ДОПУСК

В школьном этапе Президентских состязаний принимают участие обучающиеся с 1 по 11 классы, допущенные по состоянию здоровья к занятиям физической культурой в соответствии с рекомендациями по оказанию медицинской помощи обучающимся общеобразовательных организаций «Медицинский допуск несовершеннолетних к соревнованиям и спортивно-оздоровительным мероприятиям в образовательных организациях», утвержденными протоколом заседания Профильной комиссии Минздрава России по гигиене детей и подростков от 06.05.2014 № 4.

Для участия в муниципальном этапе приглашаются классы-команды общеобразовательных организаций, победители школьного этапа среди команд 4-10 классов.

В состав команды включаются обучающиеся одного класса общеобразовательной организации, которые участвовали в школьном этапе Президентских состязаний.

Информация о проведении школьного и муниципального этапов с указанием класса-команды, победителя данных этапов, размещается на сайте общеобразовательной организации (школьный этап-раздел «Новости») и управления образования администрации города Оренбурга.

Муниципальный этап проводится по возрастным группам:

4 классы

Состав класс-команды: 5 девочек, 5 мальчиков, 1 преподаватель.

5-9 классы

Состав класс-команды - 16 детей (8 мальчиков, 8 девочек), 1 руководитель, являющийся учителем физической культуры.

10 классы

Состав команды: 17 человек (независимо от пола), 2 руководителя.

Все участники должны иметь единую (командную) спортивную форму.

К участию в муниципальном этапе не допускаются команды:

- состав которых меньше указанного выше количества,
- специализированных спортивных классов.

Для участия в муниципальном этапе Президентских состязаний приглашаются классы-команды общеобразовательных организаций, победители школьного этапа.

В областном этапе Президентских состязаний принимают участие класс-команды, являющиеся победителями финального муниципального этапа, согласно вызову министерства образования Оренбургской области.

V. ПРОГРАММА МУНИЦИПАЛЬНОГО ЭТАПА

5.1. Программа отборочного этапа

4 классы

Соревнования по программе «Детской легкой атлетики»

5-9 классы

- «Президентское многоборье»:
 - поднимание туловища из положения «лежа на спине» за 1 мин.;
 - прыжок в длину с места;
 - наклоны туловища из положения «сидя»;
 - подтягивание на перекладине (мальчики);
 - сгибание и разгибание рук в упоре лежа (девочки);
 - челночный бег 3 x10;
 - метание малого мяча;
 - бег 30м-60 м 100 м (с учетом возраста обучающихся)
- Уличный баскетбол;
- Теоретический конкурс

Все виды являются обязательными.

10 классы

«Президентское многоборье»:

- подтягивание на перекладине (юноши);
- сгибание и разгибание рук в упоре «лёжа» (девушки)
- поднимание туловища из положения «лежа на спине» за 1 мин.;
- наклон вперед из положения «стоя на скамейке»;
- прыжок в длину с места;

5.2. Финальный муниципальный этап

4 классы

Соревнования по программе «Детской легкой атлетики»

Одна из параллелей 5-9 классов (согласно жеребьевке Оргкомитета Минобрнауки РФ)

• «Президентское многоборье»: (поднимание туловища из положения «лежа на спине» за 1 мин.; прыжок в длину с места; наклоны туловища из положения «сидя»; подтягивание на перекладине (мальчики); сгибание и разгибание рук в упоре лежа (девочки); челночный бег 3 x10; метание малого мяча; бег 30м-60 м 100 м (с учетом возраста обучающихся) идут в зачет результаты отборочного этапа.

- Бег 1000 м
- Уличный баскетбол;
- Теоретический конкурс
- Скипинг
- Общая гимнастика
- Творческий конкурс, включающий музыкально-художественную композицию.

Все виды являются обязательными.

Среди 10-х классов

- «Президентское многоборье»: (подтягивание на перекладине (юноши); сгибание и разгибание рук в упоре «лёжа» (девушки); поднимание

туловища из положения «лежа на спине» за 1 мин.; наклон вперед из положения «стоя на скамейке»; прыжок в длину с места) идут в зачет результаты отборочного этапа.

- бег на 2000 м
- метание спортивного снаряда весом 700 гр. (юноши), 500 гр.(девушки).

VI. ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ

Среди 4-х классов

Победитель и призеры в командном зачете соревнований по детской легкой атлетике определяются по наименьшей сумме мест, набранной командами во всех видах испытаний.

Среди 5-9 классов

Победители и призеры в комплексном командном зачете Президентских состязаний определяются по наименьшей сумме очков, набранных классами-командами во всех обязательных видах программы, умноженных на коэффициент 1,5 в «Президентском многоборье».

При равенстве очков в комплексном зачете преимущество отдается команде, имеющей лучший командный результат в «Президентском многоборье».

VII. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ

Физкультурные и спортивные мероприятия проводятся на спортивных сооружениях, отвечающих требованиям соответствующих нормативных и 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.

Для участия школьников в соревнованиях необходимо получить согласие родителей (законных представителей).

VIII. НАГРАЖДЕНИЕ

В отборочном этапе. Классы-команды 4-10 классов, занявшие 1-3 места в комплексном зачете Президентских состязаний (и члены команды), награждаются грамотами управления образования администрации города Оренбурга.

В финальном муниципальном этапе, команды, занявшие 1-3 места награждаются в соответствии с утвержденной распоряжением управления образования администрации города Оренбурга сметой.

IX. ПОДАЧА ЗАЯВОК, ОТЧЕТОВ

Предварительные заявки на участие в отборочном муниципальном этапе Президентских состязаний подаются в управление образования администрации города Оренбурга до 22.10.2018.

Заявки по установленной форме, подписанные руководителем и медицинским работником общеобразовательных организаций, подаются в мандатную комиссию в первый день соревнований.

Заявки от команд, победивших в отборочном этапе (1-3 места среди 4,10 классов и одна из параллелей 5-9 классов (согласно жеребьевке Оргкомитета Минобрнауки РФ) , на участие в финальном муниципальном этапе Президентских состязаний принимаются в мандатную комиссию за день до начала проведения соревнований.

В мандатную комиссию для участия в финальных муниципальных Президентских состязаниях предоставляются следующие документы:

- приказ о направлении на соревнования (или заверенная копия);
- копию обложки , первой страницы и страницы «Общие сведения об учащихя» классного журнала 2018-2019 учебного года, заверенные печатью и подписью директора общеобразовательной организации;
- именную заявку, оформленную не ранее, чем за 10 дней до соревнований, заверенную врачом и руководителем общеобразовательной организации (приложение);
- копии свидетельства о рождении или паспорта каждого участника класса-команды;
- справку школьника с фотографией, заверенную подписью руководителя общеобразовательной организации, которая ставиться на угол фотографии каждого участника команды ;
- страховой полис обязательного медицинского страхования;
- согласие родителей (законных представителей);
- протокол школьного этапа Президентских состязаний.

ТЕХНИКА ВЫПОЛНЕНИЯ УПРАЖНЕНИЙ

4 классы

Соревнования «Детская легкая атлетика»

К командам применяются следующие правила:

- Все соревнования проводятся как командные.
- Все дети должны участвовать в соревновании несколько раз в каждой группе видов.
- Место проведения соревнований делится в соответствии с установленной схемой, чтобы во всех трех зонах одновременно проводились разные виды, входящие в одну группу: спринт, прыжки и метания. Бег на выносливость проводится в конце соревнования.

Челночный бег

Каждый участник команды выполняет челночный бег 4*9.

Описание

Прыжки вперед в приседе

Краткое описание: прыжки на двух ногах вперед в приседе.

Детское название вида: «Лягушка».

Описание

От линии старта участники по очереди выполняют «лягушку» («лягушка» – прыжок на двух ногах в приседе). Первый участник команды встает на носки на линии старта. Затем он/она приседает и прыгает вперед как можно дальше, приземляясь на обе ноги. Помощник отмечает точку приземления,

ближайшую к линии старта (положение пяток). Если участник падает назад, отмечается точка касания земли рукой. В свою очередь, эта точка приземления становится линией старта для второго прыгуна команды, который выполняет прыжок «лягушкой» с этого места. Третий член команды прыгает от точки приземления второго прыгуна и так далее. Соревнование завершается, когда последний член команды закончил прыжок и его точка приземления отмечена.
Вся процедура повторяется второй раз (вторая попытка).



Зачет

Участвует каждый член команды. Общее расстояние всех прыжков составляет командный результат. Результат команды основывается на лучшем результате двух попыток. Измерения фиксируются с точностью до 1 см.

Помощники

Для этого соревнования требуется один помощник для каждой команды. Он должен выполнять следующие обязанности:

- давать старт соревнованию;
- контролировать правильность выполнения прыжков;
- регистрировать результаты и фиксировать их в протоколе.

Инвентарь

Для каждой команды требуется следующий инвентарь:

1. 1 рулетка.
2. Маркеры.
3. 1 протокол.

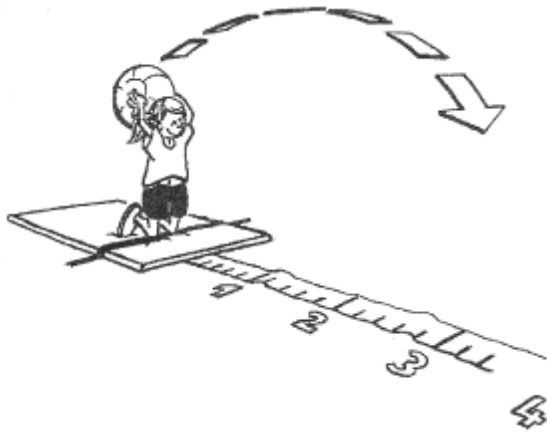
Метание из положения «Стоя на коленях»

Краткое описание: метание набивных мячей двумя руками на дальность из положения «стоя на коленях».

Детское название вида: «Футбольные метания».

Описание

Участник становится на колени на мат (или на другое мягкое покрытие) перед поднятой мягкой целью (например, мягкий или поролоновый мат). Затем участник отклоняется (напрягая тело) и бросает набивной мяч весом 1 кг, используя бросок вперед двумя руками через голову на максимальную дистанцию из положения стоя на коленях (очень похоже на то, как передают мяч футболисты). После броска участник может упасть вперед на мягкую подушку, которая находится перед ним.



Меры безопасности: набивной мяч никогда нельзя бросать в ту сторону, где находятся участники. Рекомендуется принести или прикатить его обратно к линии измерения для следующего участника.

Зачет

Каждому участнику дается две попытки. Измерения записываются с интервалами 25 см (записываются лучшие показатели, если приземление произошло между линиями) и производятся под прямым углом (90°) к линии измерения. Лучшая из двух попыток каждого члена команды засчитывается в общий зачет команды.

Помощники

Для этого соревнования требуются два помощника для каждой команды. Эти помощники выполняют следующие обязанности:

- Контролируют и регулируют процедуру соревнования.
- Имеют доступ в зону приземления набивного мяча (измерения производятся под прямым углом от линии измерения).
- Приносят или катят набивной мяч обратно к линии измерения.
- Измеряют результат и записывают его в протокол.

Инвентарь

Для этого соревнования нужен следующий инвентарь:

1. 2 набивных мяча (1 кг).
2. Калиброванная измерительная рулетка или измерительная лента.
3. 1 карточка соревнований.

Челночный бег 4*9

Выполняется всеми членами команды. Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,1 секунды.

Метание в цель

Краткое описание: метание одной рукой.

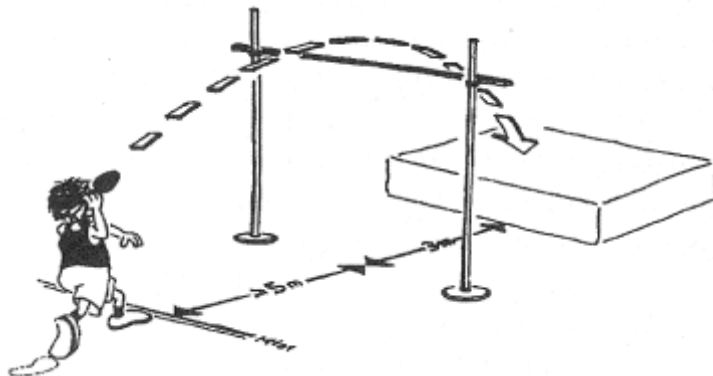
Детское название вида: «Долой бомбы!»

Подходит для возрастных групп I и II.

Описание

Метание в цель производится из 5-метровой зоны разбега. На высоте приблизительно 2,5 м устанавливается высокий барьер с зоной для метания, ограниченной на полу 2,5 м позади барьера. Определенный предмет бросается в цель над барьером. Участник бросает предмет с определенного расстояния от барьера. Каждому участнику дается три попытки для броска в цель. При каждой попытке участник может выбрать для себя, откуда бросать предмет: с расстояния 5 м, 6 м, 7 м или 8 м от высокого барьера. Чем больше

расстояние от барьера, тем больше потенциальных очков можно получить. Поражение цели или, по крайней мере, ее края, считается успешной попыткой. Очки засчитываются за каждый бросок (броски с 5 м = 2 очкам, с 6 м = 3 очкам, с 7 м = 4 очкам, с 8 м = 5 очкам). Если предмет переброшен через барьер, но не попадает в зону, присуждается одно очко. Каждому участнику дается три попытки, сумма которых засчитывается в общий результат команды.



Помощники

Для организации этого соревнования требуется один помощник на команду. Он должен выполнять следующие обязанности:

- Контролировать и регулировать порядок проведения соревнования (дистанцию, на которую брошен снаряд, и количество попаданий).
- Фиксировать результаты и регистрировать их в протоколе соревнований.

Инвентарь

Для этого соревнования нужен следующий инвентарь:

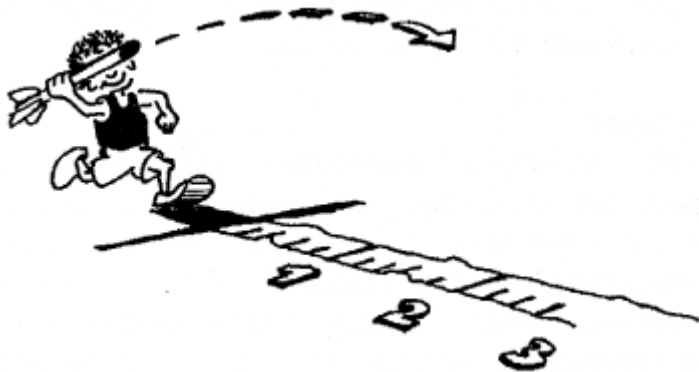
1. 1 зона для метаний (мат для прыжка с шестом или в высоту или подобное покрытие такого же размера).
2. 1 высокий барьер приблизительно высотой 2,5 м (футбольные ворота, шесты/стойки с планкой и т.п.).
3. Инвентарь для метания (теннисный мяч)
4. 1 протокол соревнований на каждую команду.

Метание детского копья

Краткое описание: метание детского копья (мягкой гимнастической палочки) одной рукой на дальность.

Описание

Метание выполняется из 5-метровой зоны разбега. После короткого разбега спортсмен метает копьё (палочку) в зону для метания от линии измерения. Каждому участнику дается две попытки.



Меры безопасности: так как безопасность имеет очень важное значение в детских соревнованиях, особенно по метаниям, в секторе приземления разрешается находиться только помощникам. Строго запрещается метать копьё (палочку) в обратном от линии измерения направлении.

Зачет

Каждая попытка измеряется под прямым (90°) углом к линии измерения и записывается с интервалами 25 см (записываются лучшие показатели, если приземление произошло между линиями). Лучшая, из двух попыток каждого члена команды, засчитывается в общий результат команды.

Помощники

Для этого соревнования требуются два помощника на каждую команду. Эти помощники выполняют следующие обязанности:

- Контролируют и регулируют процедуру соревнований.
- Имеют доступ в сектор приземления копья (измерения производятся под прямым углом от линии измерения).
- Относят копьё к линии измерения.
- Измеряют результат и записывают его в протокол.

Инвентарь

Для этого соревнования нужен следующий инвентарь:

1. 2 копьё, (гимнастические палочки).
2. Калиброванная измерительная рулетка или измерительная лента.
3. 1 протокол соревнований для каждой команды.

5-9 классы

Президентское многоборье

1. Поднимание туловища из положения «лежа на спине» за 1 минуту. Исходное положение: лежа на спине, руки за головой, пальцы в замок, локти в сторону, ноги согнуты в коленях под углом 90 градусов, ступни закреплены. Каждый раз, возвращаясь в и.п., локтями обязательно касаться пола. Фиксируется количество.

2. Прыжок в длину с места. Выполняется на размеченной резиновой дорожке или другой нескользящей поверхности. Прыжок производится одновременным отталкиванием двумя ногами от стартовой линии с взмахом рук, приземление производится на обе ноги. Длина прыжка с трех попыток

измеряется в сантиметрах от стартовой линии до ближнего касания ногами или любой частью тела. В зачет идет лучший результат.

3. Наклон вперед из положения «сидя». Необходимо на полу обозначить центровую и перпендикулярную линии. Сидя на полу (без обуви), ступнями ног следует касаться центральной линии, ноги выпрямлены в коленях (сгибание ног в коленях не допускается), ступни вертикальны, расстояние между ними составляет 20-30 см. Выполняется 3 наклона вперед, на 4-ом фиксируется результат на перпендикулярной мерной линии при касании ее кончиками пальцев, при фиксации этого результата не менее 2-х секунд.

4. Подтягивание на перекладине (мальчики). Выполняется из виса, хват сверху. Сгибая руки в локтевом суставе, вис на согнутых руках. Подбородок над перекладиной. Возвращаясь в исходное положение, руки в локтевом суставе разгибаем полностью.

5. Сгибание – разгибание рук в упоре «лежа» (отжимание) (девочки). 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. Челночный бег 3x10 Выполняется всеми членами команды на ровной поверхности (спортзал), Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,1 секунды.

10 классы

«Президентское многоборье»:

- подтягивание на перекладине (юноши);
- сгибание и разгибание рук в упоре «лёжа» (девушки)
- поднятие туловища из положения «лежа на спине» за 1 мин.;
- наклон вперед из положения «стоя на скамейке»;
- прыжок в длину с места;

Данное положение является официальным вызовом

Оргкомитет

