

«УТВЕРЖДАЮ»

Председатель комитета  
по образованию администрации МО  
«Кингисеппский муниципальный  
район»

  
\_\_\_\_\_ Е.Н.Румянцева

«» 2024 года



**Положение**  
**о проведении муниципального этапа Всероссийских спортивных**  
**соревнований школьников «Президентские состязания» 2023/2024**  
**учебного года**

г.Кингисепп  
2024 год

## **1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

Муниципальный этап Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» 2023/2024 учебного года (далее Президентские состязания) проводится в рамках реализации федерального проекта «Спорт - норма жизни» во исполнение Указа Президента Российской Федерации от 30 июля 2010 г. № 948 «О проведении всероссийских спортивных соревнований (игр) школьников» и в соответствии с Положением о проведении Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания».

Целями проведения Президентских состязаний является:

укрепление здоровья, вовлечение детей в систематические занятия физической культурой и спортом;

воспитание всесторонне гармонично развитой личности; выявление талантливых детей.

Задачами проведения Президентских состязаний являются:

пропаганда здорового образа жизни;

определение уровня физической подготовленности обучающихся; определение лучших команд городских и сельских общеобразовательных организаций, сформированных из обучающихся одного класса (класс-команда), добившихся наилучших результатов в физкультурно-спортивной деятельности, показавших высокий уровень творческих способностей и знаний в области физической культуры и спорта;

становление гражданской и патриотической позиции подрастающего поколения, формирование позитивных жизненных установок.

## **2. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ**

Муниципальный этап Президентских состязаний проводится до 30 апреля 2024 года среди команд –классов обучающихся **в одном 6 классе.**

## **3. ОРГАНИЗАТОРЫ МЕРОПРИЯТИЯ**

Общее руководство проведением муниципального этапа Президентских состязаний осуществляет комитет по образованию администрации МО «Кингисеппский муниципальный район» Ленинградской области.

## **4. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА**

К участию в Президентских состязаниях на всех этапах допускаются обучающиеся образовательных организаций, отнесённые к основной медицинской группе для занятий физической культурой и спортом, в соответствии с рекомендациями по оказанию медицинской помощи обучающимся «Медицинский допуск несовершеннолетних к соревнованиям и спортивно-оздоровительным мероприятиям в образовательных организациях»,

утверждёнными протоколом заседания Профильной комиссии Минздрава России по гигиене детей и подростков от 6 мая 2014 года № 4.

В муниципальном этапе Президентских состязаний принимают участие класс-команды, победившие на школьном этапе.

В состав класс-команды входят обучающиеся одного **шестого класса**:

классы-команды городских школ в составе 12 участников (6 юношей, 6 девушек);

сельские класс-команды в составе 6 человек (3 юноши, 3 девушки)

## 5. ПРОГРАММА МЕРОПРИЯТИЯ

№ п/п	Вид программы	Участники	Форма участия
1	«Спортивное многоборье» (тесты)	Все участники команды	Командная (очно)
2	Эстафетный бег	5 юношей и 5 девушек (городские школы) / 2 юноши и 2 девушки (сельские школы)	Командная (очно)
3	Теоретический конкурс	3 юноши и 3 девушки (городские школы) / 2 юноши и 2 девушки (сельские школы)	Командная (дистанционно)

### 1. Спортивное многоборье (тесты)

Соревнования командные. Принимают участие все участники класса-команды.

Спортивное многоборье (тесты) включает в себя:

**Бег 30 м (юноши и девушки)** Проводится на беговой дорожке (старт произвольный). Результат фиксируется

с помощью секундомера с точностью до 0,1 сек.

**Подтягивание на перекладине (юноши).** Выполняется из положения виса (хват сверху, ноги вместе). При сгибании рук необходимо подтянуться (подбородок выше перекладины), разгибая руки, опуститься в вис. Положение виса фиксируется на 0,5 с. Не допускается сгибание рук поочередно, рывки ногами или туловищем, перехват руками, остановка при выполнении очередного подтягивания. Пауза между повторениями не должна превышать 3 сек. Участнику предоставляется одна попытка. Фиксируется количество подтягиваний при условии правильного выполнения упражнения.

**Сгибание и разгибание рук в упоре «лежа» (девушки).** Исходное положение – упор лежа. Голова, туловище и ноги составляют прямую линию. Сгибание рук выполняется до касания грудью предмета высотой не более 5см, 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» за 30 сек. (юноши, девушки).** Исходное положение – лёжа на спине, руки за головой, пальцы в замок, ноги согнуты в коленях, ступни закреплены (партнер по команде

фиксирует голеностопный сустав участника, выполняющего упражнения). Фиксируется количество выполненных упражнений (подъем туловища из положения лежа до касания локтями коленей) в одной попытке за 30 сек. Во время выполнения упражнения не допускается подъем и смещение таза. Касание мата всей спиной, в том числе лопатками – обязательно.

**Прыжок в длину с места (юноши, девушки).** Выполняется одновременным отталкиванием двумя ногами от стартовой линии с махом рук. Длина прыжка измеряется в сантиметрах от стартовой линии до ближней точки касания ногами или любой частью тела. Участнику предоставляется три попытки. В зачет идет результат лучшей попытки.

**Наклон вперед из положения «стоя» (юноши, девушки).** Наклон вперед из положения «стоя» с прямыми ногами на гимнастической скамье выполняется из исходного положения: стоя на гимнастической скамье, ноги выпрямлены в коленях, ступни ног расположены параллельно на ширине 10-15 см. При выполнении испытания по команде судьи участник выполняет два предварительных наклона, скользя пальцами рук по линейке измерения. При третьем наклоне участник максимально сгибается и фиксирует результат в течение 2 секунд.

## **2. Эстафетный бег**

Соревнования командные. Состав городской класс-команды – 4 юноши и 4 девушки. Состав сельской класс-команды 2 юноши и 2 девушки.

Легкоатлетическая эстафета 8 x 200м, смешанная. Первый стартует юноша, далее - девушка и т.д.

Длина каждой зоны передачи эстафетной палочки составляет 30 м, причем на отметке 20 м от начала зоны передачи проводится линия условного центра. Зоны начинаются и заканчиваются по краям линий, ближайшим к линии старта в направлении бега.

Результат, показанный классом-командой, фиксируется с точностью 0,01 сек. по ручному секундомеру.

## **3. Подвижные игры-эстафеты**

Состав городской класс-команды: 12 человек (6 юношей, 6 девушек). Состав сельской класс-команды: 6 человек (3 юноши, 3 девушки).

## **6. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ**

Победители муниципального этапа Президентских состязаний в комплексном зачете, определяются отдельно среди городских классов-команд и сельских классов-команд.

Победители муниципального этапа Президентских состязаний в комплексном зачете, определяются по наименьшей сумме мест, занятых классом-командой в обязательных видах программы умноженных на соответствующий коэффициент: в спортивном многоборье – 2, в эстафете – 1,5

Победители и призёры в командном зачете спортивного многоборья (тестах) определяются по наибольшей сумме очков 10-ти лучших результатов (5 юношей и 5 девушек) среди городских классов-команд и 4-х лучших

результатов (2 юноши 2 девушки) среди сельских класс-команд. Участнику класса-команды, который не смог принять участие в виде спортивного многоборья по уважительной причине, в том числе по решению врача, начисляются очки, набранные участником, занявшим в спортивном многоборье последнее место.

При равенстве суммы мест у двух и более классов-команд, преимущество получает класс-команда, показавшая лучший результат в спортивном многоборье (тестах). Участник, снятый с соревнований за грубое нарушение правил соревнований (намеренная помеха сопернику, нецензурные выражения), получает штрафные санкции, и класс-команда занимает последнее место в данном виде программы.

## **7. НАГРАЖДЕНИЕ**

Команды победители и призеры в комплексном зачете (1,2,3 место, раздельно среди городских и сельских классов-команд) муниципального этапа Президентских состязаний награждаются кубками и грамотами, участники команд – медалями.

## **8. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ**

При проведении официальных физкультурных мероприятий на объектах спорта, включенных во Всероссийский реестр объектов спорта в соответствии с Федеральным законом от 04 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», обеспечение безопасности участников и зрителей осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных физкультурно-спортивных мероприятий, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2014 г. № 353, а также правил соответствующих видов спорта.

Соревнования проводятся на объектах спорта, включенных во Всероссийский реестр объектов спорта в соответствии с Федеральным законом от 04 декабря 2007 года № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».

Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 01 марта 2016 г. № 134н «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».