



**СОГЛАСОВАНО:**

Руководитель структурного  
подразделения

Романова О.М.

**УТВЕРЖДАЮ:**

Директор МАОУ Гимназия № 14  
Н.В. Щуляк



Приказ № 247-д  
от 20.09.2023

## Положение

о проведении гимназического этапа

Всероссийских спортивных соревнований школьников

«Президентские состязания 2023 – 2024 учебный год»

## **1. Общие положения**

Настоящее Положение о школьном этапе Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» в 2023-2024 учебном году (далее – Состязания) разработано в соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 30.07.2010 № 948 «О проведении всероссийских спортивных соревнований (игр) школьников», положением о проведении регионального этапа Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» в 2023-2024 учебном году.

Состязания проводятся на основании календарного плана официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий города Красноярск на 2023 год, календаря физкультурных и спортивных мероприятий с обучающимися и методических мероприятий с педагогическими работниками образовательных организаций муниципальной системы образования города Красноярск на 2022-2023 годы.

Состязания являются приоритетным направлением в деятельности каждого общеобразовательного учреждения по организации и проведению физкультурно-спортивной работы с обучающимися.

## **2. Цели и задачи.**

Основными целями и задачами Президентских состязаний являются:

- пропаганда здорового образа жизни, формирование позитивных жизненных установок подрастающего поколения, гражданское и патриотическое воспитание обучающихся;
- определение уровня физической подготовленности обучающихся;
- определение лучших спортсменов каждой параллели общеобразовательного учреждения.

## **3. Руководство проведением соревнований.**

Непосредственное руководство школьного этапа возлагается на директора МАОУ Гимназия № 14, руководителя школьного физкультурно-спортивного клуба Романову О.М., учителей физической культуры.

## **4. Место и сроки проведения.**

Сроки: 29 февраля 2024 года согласно положению, утвержденного директором МАОУ Гимназия № 14

Место: Соревнования проводятся в МАОУ Гимназия № 14

Положение, таблицы результатов, фотоотчеты школьного этапа размещаются на сайтах общеобразовательных организаций.

## **5. Требования к участникам и условия их допуска**

К участию допускаются только обучающиеся, отнесенные к основной медицинской группе здоровья.

Медицинский допуск оформляется в соответствии с группой здоровья и медицинской группой для занятий физической культурой, определенными ежегодным профилактическим осмотром и в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23.10.2020 № 1144-н «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».

Внимание! На всех этапах мероприятия к участию допускаются обучающиеся одного класса одной общеобразовательной организации, зачисленные в данный класс до 1 января 2023 года.

Обучающиеся общеобразовательных организаций, являющиеся гражданами других государств, допускаются к соревнованиям всех этапах Состязаний, равно как и дети – граждане Российской Федерации.

В соревнованиях Президентские состязания принимают участие учащиеся с 1 по 11 классы-команды школы. Состав команды 12 человек (6 мальчиков и 6 девочек). Все участники класс-команды должны иметь единую спортивную форму.

## **6. Награждение**

Победители и призеры награждаются грамотами.

## **7. Условия финансирования**

Расходы, связанные с организацией и проведением соревнований несет МАОУ Гимназия № 14

### **Программа соревнований**

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

- **Спортивное многоборье**

Соревнования командные. Принимают участие не менее 6 юношей и 6 девушек.

Спортивное многоборье (тесты) включает в себя:

1) Бег 500 м. (юноши, девушки 1- 3 классы), 1000 м. (юноши, девушки 4-11 классы). Выполняются с высокого старта. Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,01 сек.

2) Бег 30 м. (юноши, девушки 1-6 классы), 60 м. (юноши, девушки 7-9 классы), 100 м. (юноши, девушки 10-11 классы). Проводятся на беговой дорожке (старт произвольный). Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,01 сек.

3) Челночный бег 3\*10 м. (юноши, девушки 6-11 классы). Проводится на ровной дорожке длиной не менее 12-13 м. 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, касается черты рукой, и возвращается к линии старта, касается стартовой линии, затем снова бежит к финишной черте, пробегая ее. Учитывается время выполнения теста от команды «марш» до пересечения линии финиша.

4) Подтягивание из виса на высокой 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 толчком двумя ногами (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.

8) 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.

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

Результаты в спортивном многоборье определяются по суммарному количеству очков набранных 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.) начисляется 0(ноль) очков за все виды программы спортивного многоборья.