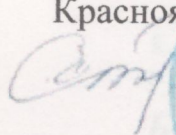


СОГЛАСОВАНО:

Начальник отдела образования
администрации Тюхтетского
муниципального округа
Красноярского края


Е.В. Студенова



УТВЕРЖДЕНО:

Начальник отдела культуры, спорта и
молодежной политики администрации
Тюхтетского муниципального округа
Красноярского края


Н. В. Беляцкая



ПОЛОЖЕНИЕ

о муниципальном этапе всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания»

1. ОСНОВАНИЕ

Соревнования проводятся согласно календарного плана спортивно-массовых мероприятий отдела культуры спорта и молодежной политики администрации Тюхтетского муниципального округа.

2. ЦЕЛЬ 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 двигательной активности обучающихся, степени их вовлеченности в занятия физической культурой и спортом, наличия установок и навыков здорового образа жизни.
- определение лучшей команды.

3. РУКОВОДСТВО

Общее руководство подготовкой и проведением мероприятий осуществляет отдел культуры, спорта и молодежной политики администрации Тюхтетского муниципального округа совместно с МБУ СК «Подснежник».

4. УЧАСТНИКИ

В муниципальном этапе Президентских состязаний принимают участие учащиеся с **5 классов** – классы-команды муниципальных общеобразовательных учреждений. В состав класса-команды должны входить учащиеся одного класса одной школы (*состав команды 2 мальчика + 2 девочки*).

5. МЕСТО И СРОКИ

«Президентские состязания» проводятся:

26 апреля 2023 года - с. Тюхтет спортзал ОДК. Заседание судейской коллегии и жеребьевка в 9.30 ч. Начало соревнований: 10.00 ч.

6. ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ

1. Спортивное многоборье.

Спортивное многоборье (тесты) включает в себя:

Бег 1000 м (юноши, девушки). Выполняется с высокого старта. Результат фиксируется с помощью секундомера.

Бег 30 м (юноши, девушки). Проводится на беговой дорожке (старт произвольный). Результат фиксируется с помощью секундомера.

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 – 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.

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.

2. Теоретический конкурс «Олимпиада начинается в школе».

Задания для теоретического конкурса будут разрабатываться по следующим темам:

олимпийские игры древности;
символика, атрибутика и девиз Олимпийского движения;
возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения;
основные принципы (ценности) олимпизма и спортивного соперничества;
воспитательная роль олимпийских игр и олимпийского движения;
фейр плей: принципы, организация, история, современная трактовка;
олимпийское движение в России;
выдающиеся достижения отечественных спортсменов на Олимпийских 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.

7. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ

Результаты в спортивном многоборье определяются по суммарному количеству очков набранных участниками класса-команды. Результаты в теоретическом конкурсе определяются по наибольшей сумме баллов. В личном зачете победители и призеры определяются по количеству очков набранных во всех видов многоборья.

8. НАГРАЖДЕНИЕ

Команды - победители и команды-призеры награждаются грамотами.

Победители в личном зачете награждаются грамотами.

9. ЗАЯВКИ

Предварительные заявки - подтверждения необходимо направлять по телефону 8(391)582-21-52 или по эл. почте mozulfk@mail.ru до 24 апреля 2023.

Координаторы соревнований:

Мозуль Юлия Викторовна – ведущий специалист по ФКиС отдела культуры спорта и молодежной политики администрации Тюхтетского муниципального округа.

Гусаров Георгий Игоревич – директор МБУ СК «Подснежник».