

## 1. Общие положения

Настоящее Положение разработано в соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 30 июля 2010 г. № 948 «О проведении всероссийских спортивных соревнований (игр) школьников», порядком проведения Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания», утвержденным приказом Минобрнауки России и Минспорттуризма России от 27 сентября 2010 г. № 966/1009 (зарегистрирован в Минюсте России 16 ноября 2010 г., регистрационный № 18976), и определяет порядок проведения регионального этапа Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» (далее - Президентские состязания) в 2012 году в преддверии проведения XXII Олимпийских зимних игр 2014 года в Сочи.

Основными целями и задачами Президентских состязаний являются:

- пропаганда здорового образа жизни, формирование позитивных жизненных установок подрастающего поколения, гражданское и патриотическое воспитание обучающихся.

- определение лучших команд, сформированных из обучающихся одного класса (далее - класс-команда), добившихся наилучших результатов в физической подготовке и физическом развитии, и показавших высокий уровень знаний в области олимпийского и паралимпийского движения;

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

### 1. Место и сроки проведения

На спортивных площадках и спортивном зале школы сентябрь-февраль

### 2. Руководство проведением соревнований

Руководство проведением соревнований осуществляет директор школы при непосредственном участии физкультурно-спортивного клуба учителей физкультуры школы.

### 3. Требования к участникам и условия их допуска

**В школьном** этапе Президентских состязаний принимают участие учащиеся с 1 по 11 классы-команды школы.

В состав класс-команды входит 8 человек, (4 юношей, 4 девушек) и 1 представитель, являющийся классный руководитель класса.

Все участники класс-команды должны иметь единую спортивную форму.

#### 4. Программа соревнований

№ п/п	Вид программы	Сроки проведения (участники)	Юноши	Девушки	Форма участия
1.	«Спортивное многоборье» (тесты)	Сентябрь-октябрь 1-11кл.	Весь класс		Командная
2.	Веселые старты	Ноябрь-декабрь 1-4кп.	4	4	Командная
3.	Футбол	Октябрь 5-11кл.	5		Командная
4.	Баскетбол	февраль 4-11кп.	8	8	Командная
5.	Волейбол - пионербол	ноябрь 4-11кл.	8	8	Командная
6.	Настольный теннис	октябрь 3-11кл.	2		Личная
7.	Шахматы	январь 1-11кп.	2		Личная
8	Теоретический конкурс и музыкально-художественная композиция.	Февраль 5-11кл.	4	4	Командная

Обязательными видами программы для всех классов-команд являются спортивное многоборье (тесты), веселые старты, теоретический конкурс и музыкально-художественная композиция. Отказ класса-команды от участия в любом из обязательных видов программы аннулирует занятые места во всех видах программы. Настольный теннис, шахматы - по выбору (дополнительные). Каждая класс-команда должна участвовать не менее чем в двух дополнительных видах программы.

**1. Спортивное многоборье** Соревнования командные. Принимают участие от классов-команд - не менее 3 юношей и 3 девушек.

Спортивное многоборье (тесты) включает в себя:

**Бег 1000 м** (юноши, девушки). Выполняется с высокого старта на беговой дорожке. Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,1 секунды.

**Бег 30 м** (юноши, девушки 6 класс), **60 м** (юноши, девушки 7, 8, 9 классы), **100 м** (юноши, девушки 10,11 классы). Проводится на беговой дорожке (старт произвольный). Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,01 секунды.

В случае отсутствия условий для проведения тестирования по беговым видам программы на школьном этапе в зимне-весенний период, тестирование по этим видам может быть перенесено на апрель 2011 года.

**Челночный бег 3 x 10 м (с кубиками)** (юноши и девушки). Проводится на ровной дорожке длиной не менее 12-13 м. Отмеряют 10-метровый участок, начало и конец которого отмечают линией (стартовая и финишная черта). За каждой чертой - два полукруга радиусом 50 см с центром на черте. На дальний полукруг за финишной линией кладут кубик (5 см). Участник становится за стартовой чертой и по команде «марш» начинает бег в сторону финишной черты; обегает полукруг, берет кубик и возвращается к линии старта. Затем кладет кубик (бросать не разрешается) в полукруг на стартовой линии и снова бежит к дальней - финишной - черте, пробегая ее. Учитывается время выполнения теста от команды «марш» до пересечения линии финиша. Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,01 секунды.

**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.

Таблицы оценки результатов в спортивном многоборье прилагаются (приложение № 2).

## 2. Веселые старты

Соревнования командные. Принимают участие от классов-команд - 4 юноши и 4 девушки.

Веселые старты - комплексная эстафета, включающая виды двигательной деятельности и элементы видов спорта в соответствии с программой основного общего и среднего (полного) общего образования. **3. Творческий конкурс**

Соревнования командные. Принимают участие классов-команд - не менее 4 юношей и 4 девушек.

Творческий конкурс включает представление классом-командой музыкально-художественной композиции, посвященной олимпийской тематике: «Игры, которые мы заслужили вместе с тобой».

В музыкально-художественной композиции должны быть отражены:

- история олимпийских игр, олимпийского движения в России;
- спортивные традиции школы, (поселка/села), региона;
- достижения выдающихся спортсменов, олимпийских чемпионов, призеров олимпийских игр региона, (поселка/села), школы.

Для раскрытия темы могут быть использованы элементы танцевального, вокального, музыкального, ораторского, поэтического, сценического искусства, юмора, пантомимы, клоунады, элементы различных видов спорта (акробатики, художественной гимнастики, аэробики, синхронное выполнение физических упражнений), костюмы, декорации, реквизит, видеоролики и др.

Сюжет музыкально-художественной композиции должен быть эмоциональным, позитивным, запоминающимся. Время выступления - до 10 минут.

Музыкально-художественная композиция оценивается Жюри по следующим критериям:

- соответствие заданной теме (от 0 до 10 баллов);
- использование разнообразных художественных средств для передачи заданной темы (от 0 до 10 баллов); оригинальность идеи (от 0 до 5 баллов);
- сценическая культура и исполнительское мастерство (умение держаться на сцене, артистизм, выразительность, эмоциональность) (от 0 до 5 баллов);
- художественное оформление (декорации, костюмы, реквизит) (от 0 до 5 баллов);
- соответствие регламенту (выступление не должно превышать отведенное время) (от 0 до 10 баллов).

### **3. Футбол, мини-футбол.**

Соревнования проводятся среди юношей. Состав команды 5 человек: 4 полевых, 1 вратарь, запасные. Классы разбиваются на 4 подгруппы: 1 группа – 4 классы; 2 группа – 5-6 классы; 3 группа – 7-8 классы; 4 группа – 9-11 классы. Система проведения круговая. Команда-победительница награждается грамотой.

### **4. Баскетбол.**

Соревнования проводятся среди юношей и девушек. Состав команд – 5 человек на площадке. Три возрастные группы: 4-5 классы; 6-7 классы; 8-11 классы. Система проведения круговая. За победу команда получает 2 очка, за поражение 1 очко, за неявку на игру – 0.

### **5. Волейбол, пионербол.**

Соревнования проводятся по пионерболу среди учащихся 5 – 7 классов, по волейболу – среди 8 – 11 классов. Состав команды 6 человек на площадке. Игры состоят из 3-х партий.

Система проведения круговая. За победу команда получает 3 очка, за поражение 1 очко, за неявку – 0 очков.

## **6. Теоретический конкурс «Олимпиада начинается в школе».**

Соревнования командные, классов-команд - 2 юноши и 2 девушки.

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;
- фэйр 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. Настольный теннис.**

Соревнования личные. Проводятся отдельно среди юношей и девушек по действующим правилам по олимпийской системе. От класса-команды допускается 2 участника независимо от пола.

Участники должны иметь собственные ракетки.

## **8. Шахматы.**

Соревнования личные. Проводятся отдельно среди юношей и девушек по действующим правилам. Система проведения определяется на заседании главной судейской коллегии с представителями команд в зависимости от количества участвующих команд. От класса-команды допускается 2 участника независимо от пола.

## **9. Условия подведения итогов**

Итоги первого и второго этапов Президентских состязаний подводятся в соответствии с положениями о проведении школьного этапов.

Неучастие класса-команды в одном из обязательных видов программы аннулирует занятые места во всех видах программы.

В случае выявления нарушений в порядке комплектования класса-команды, команды допускаются к участию в Президентских состязаниях вне конкурса.

Победители Президентских состязаний определяются по наименьшей сумме мест, занятых классом-командой в обязательных видах программы умноженных на соответствующий коэффициент: в спортивном многоборье-2, в творческом конкурсе-1, в теоретическом конкурсе-1, в веселых стартах-1,5.

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.

Результаты в **музыкально-художественной композиции** определяются по наибольшей сумме баллов.

Результаты в **теоретическом конкурсе** определяются по наибольшей сумме баллов.

**В веселых стартах** места определяются по наименьшему времени прохождения всех этапов комплексной эстафеты.

**В** случае равенства результатов в командном зачете, преимущество получает класс-команда, имеющая лучший результат в спортивном многоборье. **В** случае равенства результатов в спортивном многоборье, преимущество получает класс-команда, имеющая лучший результат в веселых стартах. **В** случае равенства результатов в веселых стартах, преимущество получает класс-команда, имеющая лучший результат в музыкально-художественной композиции. Дополнительно определяются классы-команды, занявшие 1, 2 и 3 места, в отдельных видах программы - в спортивном многоборье, веселых стартах, музыкально-художественной композиции и теоретическом конкурсе.

#### **10. Награждение**

Классы-команды, занявшие 1, 2 и 3 места в командных видах программы, награждаются грамотами и кубками.

Участники, занявшие 1, 2 и 3 места в индивидуальных видах программы Президентских состязаний, награждаются грамотами, медалями и подарками.