



**УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
АДМИНИСТРАЦИИ КАМЕНСКОГО РАЙОНА
ПЕНЗЕНСКОЙ ОБЛАСТИ**

П Р И К А З

от 05.04.2023

№135/01-05

г. Каменка

О проведении районного этапа Всероссийских спортивных игр школьников «Президентские состязания»

В целях формирования здорового образа жизни, повышения социальной активности и укрепления здоровья учащейся молодежи Каменского района Пензенской области, приобщения их к физической культуре как составному элементу общенациональной культуры, **п р и к а з ы в а ю:**

1.Провести в апреле 2023 года районный этап Всероссийских спортивных игр школьников «Президентские состязания» в соответствии с положением (приложение 1).

2.Утвердить график проведения районного этапа Всероссийских спортивных игр школьников «Президентские состязания» (приложение 2).

3.Главным судьей соревнований назначить руководителя районного методического объединения, учителя физической культуры МОУ СОШ №8 Фомину О.Ю.

4.Директору МБОУ ДО спортивная школа «Дорожник» (Руфкин Д.В.), оказать содействие в проведении районного этапа Всероссийских спортивных игр школьников «Президентские состязания».

5.Утвердить состав судейской бригады для соревнований (приложение 3).

6.Контроль за исполнением настоящего приказа возложить на начальника информационно- методического отдела МКУ «Центр обслуживания учреждений Каменского района Пензенской области».

Начальник управления

Е.Н.Коняшкина

Положение
о районном этапе спортивно – оздоровительных состязаний
школьников Пензенской области «Президентские состязания»

Цели и задачи

Состязания проводятся в целях формирования здорового образа жизни, повышения социальной активности и укрепления здоровья учащейся молодежи Пензенской области, приобщения их к физической культуре как составному элементу общенациональной культуры. Основными задачами проведения Состязаний являются: организация в образовательных учреждениях занятий физической культурой во внеурочное время, определение и контроль за уровнем физической подготовленности обучающихся, создание условий для объективной самооценки и самосовершенствования, создание системы мониторинга физической подготовленности учащихся Пензенской области.

Организаторы и руководство проведениям

Общее руководство проведением районного этапа Состязаний осуществляется Управлением образования Пензенской области.

Руководство проведением школьных Состязаний осуществляется руководителем общеобразовательного учреждения, он же несет ответственность за представляемую информацию.

Преподаватель (учитель) физической культуры в соответствии с настоящим Положением организует и проводит внутриклассные и школьные Состязания с использованием тестов.

Классный руководитель помогает учащимся и преподавателю (учителю) физической культуры в организации и проведении Состязаний, в подготовке соответствующей документации в классе.

Участники Состязаний

Участниками **школьного этапа** Состязаний являются учащиеся 1-11 классов общеобразовательных учреждений в возрасте от 7 до 18 лет.

Участниками районного этапа являются следующие учащиеся:

- *группа А* состав команды (городские) – **5 класс** :6 девушек , 6 юношей + 2 руководителя.

- *группа Б* состав команды (сельские) – **5 класс** : 3 юноши, 3 девушек + 1 руководитель. Команды: МОУ СОШ с.Батрак,с.Кевдо – Мельситово,МОУ СОШ с. Кургановка,с.Кикино,с. Кобылкино.

-*группа В* состав команды (сельские) **5 класс** и **6 класс** : 3 юноши,3 девушки

+1 руководитель. Команды: МОУ СОШ с. Анучино, с. Владыкино, с. Головинщино, с. Покровская Арчада, с. Федоровка.

Этапы и сроки проведения

1 этап. Проведение внутриклассных и школьных состязаний, срок: 2 раза в год (сентябрь, апрель) по программе **из 7 тестов.**

Подведение итогов (для подготовки информационных материалов).

2 этап. Районный этап Состязаний «Президентские состязания» проводится в **апреле 2023 года. (дата будет сообщена дополнительно)**

Заявки для участия подать в срок до 10 апреля 2023 года по адресу: chaminanatalya@mail.ru

3 этап Областной эта Состязания – **май, 2023 года.**

4 этап. Итоговые протоколы школьного и муниципального этапов должны быть закреплены до **01.05.2023 года в личный кабинет на еип_фкис.рф (https:// еип_фкис.рф)**.

Образовательные организации, имеющие филиалы, вносят данные всех классов в один протокол.

Итоговые протоколы школьного этапа загружаются в личные кабинеты после согласования с руководителем районного методического объединения.

Техника выполнения упражнений

1. Бег 1000 метров. Выполняется с высокого старта на беговой дорожке. Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0.1 секунды.

2. Бег на 30 метров. Выполняется с высокого или низкого старта (по желанию учащегося) на беговой дорожке. Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,1 секунды.

3.Подтягивание на высокой перекладине (юноши). Участник с помощью судьи принимает положение виса хватом сверху. Руки и туловище прямые. Сгиба руки в локтях подтянуться до переноса подбородка через перекладину. Упражнение выполняется плавно, без рынков. Туловище и ноги вытянуты в одну линию.

4.Сгибание в разгибание рук в упоре лежа (отжимание от пола. Девушки). Исходное положение- упор лежа на полу, голова, туловище и ноги составляют прямую линию. Сгибание рук выполняется до касания грудью пола, не нарушая прямой линии тела, разгибание производится до полного выпрямления рук при сохранении прямой линии тела, дается одна попытка. Дается одна попытка. Темп выполнения произвольный. Пауза между повторениями не должна превышать 3 сек. Фиксируется количество отжиманий, при условии правильного выполнения упражнения и произвольном темпе.

5.Подъем туловища из положения лежа на спине (30 сек.).

Исходное положение: руки за головой, пальцы в замок, ноги согнуты в коленях, ступни закреплены (партнер по команде руками фиксирует голеностопный сустав участника, выполняющего упражнение). Фиксируется количество выполненных упражнений до касания локтями коленей в одной попытке за 30 секунд. Во время выполнения упражнения не

допускается подъем таза. Касание мата всей спиной, в том числе лопатками – обязательно.

6.Прыжок в длину с места (юноши, девушки). Выполняется от линии отталкивания двумя ногами от стартовой линии с махом рук. Длина прыжка с трех попыток измеряется в сантиметрах от стартовой линии до ближнего касания ногами или любой частью тела.

7.Наклон вперед из положения сидя (Юноши. Девушки). Необходимо на полу обозначить центровую и перпендикулярную линии. Участник, сидя на полу, ступнями ног касается центральной линии, ноги выпрямлены в коленях, ступни вертикальны, расстояние между ними составляет 20-30 см. Выполняется три наклона вперед, на четвертом фиксируется результат на перпендикулярной меркой линии при касании ее кончиками пальцев, при фиксации этого результата не менее 2 секунд. Сгибание ног в коленях не допускается.

Результаты личного зачета подводятся отдельно среди юношей и девушек городских и сельских классов – команд. При равенстве очков у двух или более участников, преимущество получает участник, показавший лучший результат в беге на 1000 м.

Условия организации и проведения

1. Внутрикласные и школьные состязания на основе единых упражнений проводятся с учащимися, допущенными к занятиям по физической культуре.

2. Сроки и форма проведения внутрикласных, школьных состязаний определяются образовательным учреждением самостоятельно и утверждаются его руководителем.

3. По итогам состязаний в районах проводятся спортивные праздники (фестивали). Программу спортивно-культурных праздников (фестивалей) определяют организационные комитеты Состязаний на местах.

4. При проведении внутрикласных и школьных состязаний в два этапа **(в начале и в конце учебного года)** преподаватель (учитель) физической культуры может определить динамику роста или снижения показателей физических качеств обучающихся и оценить уровень физической подготовленности.

Средний уровень физической подготовленности (СУФП) класса определяется как средний арифметический показатель общего уровня физической подготовленности (ОУФП) учащихся класса.

Средний уровень физической подготовленности (СУФП) общеобразовательного учреждения определяется как средний арифметический показатель среднего уровня физической подготовленности (СУФП) всех классов, принявших участие в состязаниях.

Показатели и порядок представления информации на соответствующих этапах

Общеобразовательное учреждение в установленный срок направляет отчетную информацию в Управление образования администрации

Каменского района, далее обработанная информация передается в областные оргкомитеты.

В отчетной информации **внутришкольных состязаний** должны быть представлены следующие показатели:

по классу:

- количество учащихся в классе;
- количество учащихся, принявших участие в состязаниях;
- средний уровень физической подготовленности каждого учащегося по каждому виду состязаний и среднему результату 6-ти упражнений;
- средний уровень физической подготовленности учащихся всего класса,

по общеобразовательному учреждению:

- количество учащихся, принявших участие в состязаниях;
- % учащихся, принявших участие в состязаниях от общего числа учащихся в общеобразовательном учреждении;
- средний уровень физической подготовленности учащихся каждой параллели и всего общеобразовательного учреждения;
- лучший класс в каждой параллели.

Приложение 2
к приказу Управления образования администрации
Каменского района Пензенской области
от 05.04.2023 №135/01-05

График
проведения спортивно – оздоровительных состязаний «Президентские
состязания» на базе образовательных учреждений района

№ п/п	Соревнования	Дата проведения	Место проведения
1	Школьный этап «Тесты Губернатора»	апрель 2023 года	Образовательные организации
3	Районный этап Состязаний	апрель, 2023	МБОУ ДО спортивная школа «Дорожник»

Приложен
ие 3к приказу Управления образования
администрации Каменского района Пензенской
области
от 05.04.2023 №135/01-05

Состав судейской бригады соревнований по программе
«Президентские состязания»

№ п/п	ФИО	Образовательная организация
1	Руфкин Д.В.	МБОУ ДО спортивная школа «Дорожник»
2	Круглова М.В.	МБОУ ДО спортивная школа «Дорожник»
3	Кутихина В.В.	МБОУ ДО спортивная школа «Дорожник»
4	Рассказов А.И.	МБОУ ДО спортивная школа «Дорожник»
5	Дуньков А.В.	МБОУ ДО спортивная школа «Дорожник»
6	Галиева Д.Р.	МБОУ ДО спортивная школа «Дорожник»
7	Шевченко А.С.	МБОУ ДО спортивная школа «Дорожник»
8	Мирошникова О.В	МБОУ ДО спортивная школа «Дорожник»
9.	Гиниятуллин М.А.	МБОУ ДО спортивная школа «Дорожник»