



**УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
АДМИНИСТРАЦИИ КАМЕНСКОГО РАЙОНА
ПЕНЗЕНСКОЙ ОБЛАСТИ**

П Р И К А З

от 28.03.2024

№116/01-05

г. Каменка

**О проведении районного этапа Всероссийских спортивных
соревнований школьников «Президентские состязания»
в 2023 – 2024 учебном году**

В целях формирования здорового образа жизни, повышения социальной активности и укрепления здоровья учащейся молодежи Каменского района Пензенской области, развития всесторонне и гармонично развитой личности, п р и к а з ы в а ю :

1. Провести в апреле 2024 года районный этап Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» в соответствии с положением (приложение 1).

2. Утвердить график проведения районного этапа Всероссийских спортивных соревнований 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 Всероссийских спортивных соревнований
школьников «Президентские состязания» в 2023 – 2024
учебном году**

1. Цели и задачи

Всероссийские спортивные соревнования школьников «Президентские состязания» (далее – Состязания) проводятся в целях формирования здорового образа жизни, повышения социальной активности и укрепления здоровья учащейся молодежи Пензенской области, развития всесторонне и гармонично развитой личности, выявления талантливых детей.

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 Каменского района Пензенской области.

2. Место и сроки проведения

Состязания проводятся в четыре этапа: школьный, муниципальный, региональный, всероссийский.

I этап (школьный) - проводится в общеобразовательных организациях до 15 апреля 2024 года.

II этап (муниципальный) – проводится в муниципальных образованиях до 01 мая 2024 года (**23- 24 апреля 2024 года**)

III этап (региональный) – проводится до 01.06. 2024 года

IV этап (всероссийский) – проводится 10 сентября по 30 сентября 2024 года на базе ФГБОУ ВДЦ «Орленок»

3. Организаторы и руководство проведениям

Общее руководство проведением Состязаний первого этапа возлагается на руководителя общеобразовательной организации, он же несет ответственность за предоставляемую информацию.

Организация и проведение второго этапа Состязаний Управлением образования администрации Каменского района Пензенской области.

Общее руководство регионального этапа Состязаний осуществляется Министерством образования Пензенской области, Министерством физической культуры и спорта, ГАУДО МФТСЦ

4.Участники Состязаний

Участниками **школьного этапа** Состязаний являются учащиеся 1-11 классов общеобразовательных учреждений в возрасте от 6 до 17 лет, сформированные из обучающихся одного класса. .

Участниками районного (муниципального) этапа являются учащиеся 6 класса(2010, 2011, 2012 годов рождения) .

Состав команды (городские) – 6 девушек , 6 юношей + 2 руководителя.Состав команды (сельские) – 3 юноши, 3 девушки + 1 руководитель.

В состав команды включаются обучающиеся одного класса одной общеобразовательной организации, зачисленные в данный класс до 01 сентября 2023 года.

Заявки для участия **н е о б х о д и м о** подать в срок до **15 апреля 2024 года** по адресу: chaminanatalya@mail.ru по следующей форме

№	ФИО участника	Дата рождения(число, месяц, год)	Виза врача

5. Программа Состязаний

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. Не допускается сгибание рук поочередно, рывки ногами или туловищем, вис на одной руке, 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.

4.Сгибание в 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, разгибание производится до полного выпрямления рук при сохранении прямой линии тела. Участнику предоставляется одна попытка. Пауза между повторениями не более 3 сек. Темп выполнения произвольный. Фиксируется количество отжиманий, при условии правильного выполнения упражнения и

произвольном темпе.

5.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 (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 измеряется в сантиметрах от стартовой линии до ближнего касания ногами или любой частью тела.

Участнику предоставляется три попытки. В зачет идет результат лучшей попытки.

- 7. Наклон вперед из положения сидя (Юноши. Девушки).** Наклон вперед выполняется из исходного положения сидя на полу, ноги выпрямлены в коленях и упираются в брусок измерительной платформы , руки вперед, ладони вниз. Расстояние между ступнями не более 20 см. Выполняется три наклона в течение 2 сек на измерительной линейке. Во время фиксации ноги выпрямлены в коленях , пальцы рук находятся на равном расстоянии от туловища участника. Упражнение (фиксация) заканчивается по команде судьи «Есть».

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.

Приложение 2
к приказу Управления образования администрации
Каменского района Пензенской области
от 28.03.2024 №116/01-05

График районного этапа Всероссийских спортивных
соревнований школьников «Президентские состязания»
в 2023 – 2024 учебном году

№ п/п	Соревнования	Дата проведения	Место проведения
1	Школьный этап Состязаний	До 15 апреля 2024 года	Образовательные организации
3	Районный этап Состязаний	23 апреля 2024 года – образовательные организации Каменского района 24 апреля 2024 года - образовательные организации г. Каменки	МБОУ ДО спортивная школа «Дорожник»

Приложение 3
к приказу Управления образования администрации
Каменского района Пензенской области
от 28.03.2024 №116/01-05

**Состав судейской бригады о районном этапе
Всероссийских спортивных соревнований школьников
«Президентские состязания» в 2023 – 2024 учебном году**

№ 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	Шкодич С.И.	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»