



ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 2  
ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА  
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА



Принято

Педагогическим советом образовательного  
учреждения с учетом мнения обучающихся и  
их родителей (законных представителей)

Протокол заседания от 31.08.2022 № 1

## ПОЛОЖЕНИЕ

Проведения школьного этапа Всероссийских спортивных соревнований  
школьников «Президентские состязания»  
в 2022-2023 учебном году

### I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Спортивные соревнования школьников «Президентские состязания» в ГБОУ СОШ № 2 Василеостровского района в 2022/2023 учебном году организуется и проводятся в соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 30.07.2010 года № 948 «О проведении Всероссийских спортивных соревнований (игр) школьников», приказом Министерства образования и науки Российской Федерации, Министерства спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации от 27.09.2010 года № 966/1009 «Об утверждении Порядка проведения Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания», а также Положением о проведении «Президентских состязаний» в Василеостровском районе (Санкт-Петербурга) в 2022-2023 учебном году.

### II. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

Всероссийские спортивные соревнования школьников «Президентские состязания» в ГБОУ СОШ № 2 Василеостровского района (далее ОУ) Василеостровского района Санкт-Петербурга в 2022-2023 учебном году проводятся в целях:

- определения лучших учащихся ГБОУ СОШ № 2 (далее - ОУ) для участия в районном этапе «Президентские состязания» в 2022-2023 учебном году;
- улучшения состояния сферы физической культуры и спорта в ОУ Василеостровского района;
- приобщения учащихся к регулярным занятиям физической культурой и спортом, а также здоровому образу жизни;
- вовлечения в систематические занятия физической культурой и спортом учащихся ОУ Василеостровского района;
- воспитания здорового и социально-активного подрастающего поколения;
- профилактики правонарушений среди учащихся ОУ;
- активизации борьбы с негативными явлениями в среде детей и подростков – курением, употреблением алкоголя, наркотиков;
- совершенствования спортивно-массовой работы с детьми во внеурочное время.

Программа «Президентских состязаний» включает в себя соревнования, включенные во всероссийский этап «Президентских состязаний»:

Спортивное многоборье, теоретический конкурс, веселые старты.

## **I. РУКОВОДСТВО ПРОВЕДЕНИЕМ СОРЕВНОВАНИЙ**

Непосредственная организация и проведение школьного этапа «Президентские состязания» учителей физической культуры ГБОУ СОШ № 2 Василеостровского района г. Санкт-Петербург.

ГБОУ СОШ № 2 уполномочена:

- утверждать регламенты проведения отдельных видов соревнований школьного этапа «Президентские состязания»
- своевременно информировать о проведении соревнований школьного этапа «Президентские состязания» и их итогах всех заинтересованных лиц.
- проводить совещания, семинары и инструктажи с учителями физического культуры ОУ.

## **IV. ПОРЯДОК, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ И УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ**

Соревнования по программе «Президентских состязаний» проводятся среди учащихся государственных ОУ, подведомственных администрации Василеостровского района. В городском этапе «Президентских состязаний» принимают участие сборные класс-команды ОУ, сформированные из учащихся соответствующего класса.

В школьном этапе «Президентских состязаний» принимают участие учащиеся 5,6,7,8,9 классов.

## **V. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ**

Программа «Президентских состязаний» школьного этапа включает в себя следующие обязательные дисциплины:



**Спортивное многоборье** – в соревнованиях принимают участие классы-команды - 8 юношей и 8 девушек. Каждый участник выступает во всех видах многоборья:

- **челночный бег 3x10 м** (юноши и девушки) – выполняется на ровной дорожке длиной не менее 12-13м. Отмеряют 10-метровый участок, начало и конец которого отмечают линиями (стартовая финишная черта). Участник становится на стартовой черте и по команде «марш» начинает бег в сторону финишной черты; касается ногой финишной черты и возвращается к линии старта. Касается ногой линии старта, снова бежит к финишной черте и, пробегая её, финиширует. Учитывается время выполнения теста от команды «марш» до пересечения линии финиша;

- **подтягивание на перекладине** (юноши) – участник с помощью судьи принимает положение виса хватом с верху. Подтягивается не прерывным 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 разгибания рук в упоре «лёжа» (отжимания)** (девушки) – исходное положение: угор 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 разгибания 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 «лёжа на спине»** (юноши и девушки) – исходное положение: лёжа 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 и девушки) – выполняется с места двумя ногами от стартовой линии с махом рук. Длина прыжка измеряется в сантиметрах от стартовой линии до ближайшего касания ногами или любой частью тела. Участнику предоставляется три попытки;

- **наклон вперед из положения «сидя»** (юноши и девушки) – на полу обозначаются центровая и перпендикулярная 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 касания и фиксации (не менее 2 сек.) кончиков пальцев на перпендикулярной мерной линии. Сгибание ног в коленях не допускается.

**Легкоатлетическая эстафета** – Соревнования командные.

В соревнованиях принимают участие от ОУ классы-команды - 5 юношей и 5 девушек.

Этап	Дистанция/участник	
1	1 круг – девушка	600 м

2	2 круг – юноша	600 м
3	3 круг – девушка	400 м
4	4 круг – юноша	400 м
5	5 круг – девушка	200 м
6	6 круг – юноша	200 м
7	7 круг – девушка	100 м
8	8 круг – юноша	100 м
9	9 круг – девушка	100 м
10	10 круг – юноша	100 м

Соревнования проводятся на основании правил соревнований по легкой атлетике, действующих в Российской Федерации, и на основании данного Регламента.

Результат фиксируется с точностью до 0,1 сек. по ручному секундомеру при пересечении последним участником класса-команды финишной линии.

## VI. УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

Участники допускаются к соревнованиям только в спортивной форме. Без спортивной формы участник к соревнованиям не допускается.

Отказ класса-команды от участия в обязательных видах программы не допускается. В случае отказа класса-команды от участия в одном из обязательных видов программы, аннулируются занятые ею места в других видах, и присваивается последнее место.

## VII. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

Победители и призеры школьного этапа в Президентских состязаниях определяются по наименьшей сумме мест, занятых классами-командами в обязательных видах, умноженных на соответствующий коэффициент: спортивное многоборье – 2, теоретический конкурс – 1, встречная эстафета – 1.

В случае равенства очков, у двух и более классов-команд преимущество получает класс-команда, показавшая лучший результат в спортивном многоборье.

Результаты по спортивному многоборью определяются по суммарному показателю 7 лучших результатов у юношей и 7 лучших результатов у девушек среди классов-команд образовательных учреждений.

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.д.) зачисляются очки, набранные участником, занявшее в спортивном многоборье последнее место.

Для определения места, занятого классом-командой в теоретическом конкурсе, выводится общий средний балл.

Во встречной эстафете места определяются по лучшему времени, показанному класс-командой.



Дополнительно определяются классы-команды, занявшие 1, 2 и 3 место в спортивном многоборье, теоретическом конкурсе и встречной эстафете.

Победитель (класс-команда) становится участником районного этапа соревнований Президентские спортивные игры.

## **VIII. НАГРАЖДЕНИЕ**

Победители и призеры соревнований в общекомандном зачете награждаются кубками, грамотами и медалями.

Команды, занявшие призовые места в отдельных видах соревнований, награждаются кубками и грамотами, и медалями.

Победители и призеры соревнований в личном зачете награждаются грамотами.