

РАССМОТРЕНО  
на методическом совете  
протокол № 1  
«27» 08 2015г.

ПРИНЯТО  
на педагогическом совете  
протокол № 1  
«27» 08 2015г.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор школы-интерната №21  
ОАО «РЖД»  
Н.Г. Воскобойников  
приказ № 400  
«27» 08 2015г.

## ПОЛОЖЕНИЕ О ПРОВЕДЕНИИ ШКОЛЬНОГО ЭТАПА ВСЕРОССИЙСКИХ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ ШКОЛЬНИКОВ «ПРЕЗИДЕНТСКИЕ СОСТЯЗАНИЯ»

### 1. Цели и задачи:

- развитие массового физкультурно-спортивного движения школьников Президентские состязания;
- укрепление здоровья обучающихся, пропаганда здорового образа жизни;
- определение уровня двигательной активности обучающихся
- поиск спортивных талантов и выявление сильнейших юных спортсменов школы;
- определение сильнейших команд для участия в районных соревнованиях.

### 2. Место и время:

Соревнования проводятся в спортивном зале школы-интерната с \_\_\_\_\_

- 1-2 классы – понедельник,
- 3-4 классы – вторник,
- 5-6 классы – среда,
- 7-8 классы – вторник,
- 9-11 классы – вторник, в (юноши);
- 9-11 классы – четверг, в (девушки)

### 3. Участники соревнований:

В Президентских состязаниях принимает участие школьники с 1 по 11 классы.  
Соревнования проводятся между подгруппами: 1-ые классы; 2-4; 5-8; 9-11 классы.  
Участвуют все, кроме освобождённых по состоянию здоровья.

### 4. Руководство:

Общее руководство соревнований осуществляет оргкомитет школьного спортивного клуба (комиссии по спортивно - массовой и организационно-методической работе). Непосредственное проведение соревнований возлагается на главную судейскую коллегию соревнований.

### 5. Программа соревнований

Спортивное многоборье /тесты/ включают в себя:

1. Челночный бег 3x10м. с кубиками(юноши, девушки)
2. Подтягивание на перекладине (юноши)
3. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа- «отжимание» (девушки)
4. Подъём туловища из положения «лежа на спине» за 30 сек.(юноши, девушки)
5. Прыжок в длину с места (юноши, девушки)

6. Наклон вперед из положения «сидя» (юноши, девушки)

7. Бег 30,60, 100 м.

#### **6. Определение победителя:**

Соревнования по спортивному многоборью лично-командные. Результат личного первенства определяется по сумме набранных участниками очков по таблице оценки результатов (соответственно возрасту). Командные результаты определяются по среднему показателю суммы всех участников.

Результаты команды идут в зачёт спартакиады.

#### **7. Награждение:**

Грамотами и призами награждаются победители и призёры в личном и командном зачёте.