**Утверждаю**

**Директор МОБУ «Ащебутакская СОШ»**

**Т.О. Букшина**

**« 6 » февраля 2015 года**

**ПОЛОЖЕНИЕ**

**о проведении школьного этапа  Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» МОБУ «Ащебутакская СОШ» в 2014-2015 учебном году.**

**I. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ**

          Школьный этап Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» (далее Президентские состязания) проводится в целях укрепления здоровья подрастающего поколения, привлечения обучающихся к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

          Основными задачами Президентских состязаний являются:

- определение команд, сформированных из обучающихся одного класса (далее класс-команда), добившихся наилучших результатов в физической подготовке и физическом развитии;

- совершенствование спортивно-массовой и оздоровительной работы;

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

**II.  СРОКИ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ**

         Школьный этап  состязаний проводится в спортивном зале 21 февраля 2015 года.

**III. РУКОВОДСТВО ПРОВЕДЕНИЕМ**

          Организацию и проведение соревнований школьного этапа осуществляет  организационный комитет, утвержденный приказом директора школы.

          Непосредственное проведение соревнований  возлагается на методическое объединение учителей спортивно – оздоровительного цикла.

**IV. УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ**

В школьном этапе участвуют классы-команды с 1 по 11 классы. Соревнования проводятся между классами-командами.

          В состав класса-команды должны входить обучающиеся из одного класса.

          Все участники класса-команды должны иметь единую спортивную форму.

**V. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ ШКОЛЬНОГО ЭТАПА**

          Соревнования лично-командные. Программа школьного этапа включает в себя спортивное многоборье (тесты), творческий конкурс.

**VI. ТЕХНИКА И УСЛОВИЯ ВЫПОЛНЕНИЯ УПРАЖНЕНИЙ**

          1. **Подтягивание на перекладине (мальчики, юноши).** Участник с помощью судьи принимает положение виса хватом сверху. Подтягивается непрерывным движением до положения подбородка над перекладиной. Опускается в вис. Самостоятельно останавливает раскачивание и фиксирует на 0.5 сек. видимое для судьи положение виса. Разрешается только одна попытка. Не допускается: сгибание рук поочередно, рывки ногами или туловищем. Пауза между повторениями не должна превышать 3 секунд.

          2. **Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (отжимание) (девочки, девушки ).** Исходное положение: упор лежа на полу. Голова, туловище и ноги составляют прямую линию. Сгибание рук выполняется до касания грудью пола, или предмета высотой не более 5 см., не нарушая прямой линии тела, а разгибание производится до полного выпрямления рук при сохранении прямой линии тела. Разрешается одна попытка. Пауза между повторениями не должна превышать 3 сек. Фиксируется количество только правильно выполненных отжиманий.

          3. **Поднимание туловища из положения «лежа на спине» за 1 мин.** Исходное положение: руки за головой, пальцы в замок, ноги согнуты в коленях, ступни закреплены. Фиксируется количество выполненных упражнений до касания локтями коленей в одной попытке за 1 мин.

          4. **Прыжок в длину с места.** Выполняется 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.

          5. **Наклон вперед из положения «сидя».** На полу обозначается центровая и перпендикулярная мерная линии. Сидя на полу, участник ступнями ног касается центовой линии, ноги выпрямлены в коленях, ступни вертикальны, расстояние между ними составляет 20-30 см. Выполняется 3 наклона вперед, на 4-м фиксируется результат касания при фиксации (не менее 2 сек.) кончиков пальцев на перпендикулярной мерной линии.

6. **Челночный бег 4\*9 м.**

**Творческий конкурс** (В программу многоборья не входит)

**Участие в творческом конкурсе (далее конкурс) является обязательным для всех команд.** **Команды, не участвовавшие в конкурсе, не участвуют в командном первенстве соревнований.**

          В конкурсе принимают участие все участники класса-команды. Время выступления – до 10 минут.

Конкурс включает музыкально-художественную композицию, посвященную дню Защитника Отечества.

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

Сюжет музыкально-художественной композиции должен быть эмоциональным, позитивным, запоминающимся.

Музыкально-художественная композиция оценивается Жюри по следующим критериям:

- соответствие заданной теме;

- оригинальность идеи;

- использование разнообразных художественных средств;

- сценическая культура (умение держаться на сцене);

- исполнительское мастерство (артистизм, выразительность, эмоциональность);

- художественное оформление (декорации, костюмы, реквизит);

- соответствие регламенту (выступление не должно превышать отведенное время).

Члены Жюри оценивают музыкально-художественную композицию каждого класса-команды по каждому критерию по пятибалльной системе (от 0 до 5 баллов).

**VII. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ**

В соревнованиях разыгрываются: личное первенство в каждом виде спортивного многоборья, личное первенство в сумме многоборья, командное первенство в сумме многоборья.

          Результат личного первенства в каждом виде программы определяется по лучшему результату, в многоборье - по наибольшей сумме очков, набранных участником во всех видах программы в соответствии с таблицами оценки результатов участников спортивного многоборья.

Участнику класса-команды, который не смог принять участие в одном, или нескольких видах многоборья по уважительной причине, в том числе по решению врача (болезнь, травма и т.п.) начисляются очки, набранные участником, занявшим в этом виде программы последнее место.

          Командные результаты определяются по наибольшей сумме очков всех участников класса-команды.

          В случае равенства очков у двух и более участников преимущество получает участник, имеющий лучший результат в беге на 1000 м, при равенстве этого результата преимущество отдается по лучшему результату в подтягивании на перекладине (отжиманию), далее – по результату в подъеме туловища из положения «лежа на спине».

При равенстве очков в сумме многоборья у двух и более команд, преимущество получает класс-команда, участник которой набрал большее количество баллов в беге на 1000 м, при равенстве этого показателя преимущество отдается по лучшему месту в творческом конкурсе.

Место класса-команды в творческом конкурсе определяется по наибольшей сумме баллов, выставленных каждым членом Жюри.

**VIII. НАГРАЖДЕНИЕ**

           Класс-команда победитель школьного этапа награждается Почетной грамотой, победители и призеры в составе команд по сумме в многоборье награждаются Почетными грамотами

**СОСТАВ СУДЕЙСКОЙ КОЛЛЕГИИ:**

**Главный судья соревнований: К.С. Жуманов.**

**Секретарь соревнований: А.В. Журавлева.**

**Судьи спортивного многоборья:**

**Д.Ф. Ишмуратов, В.П. Рупич, Н.Д. Овдий.**

**Жюри конкурсной программы:**

**Председатель жюри: Т.О. Букшина.**

**Члены жюри: С.М. Путилина, М.Я. Бакеева.**