

СОГЛАСОВАНО:

Директор Департамента  
образования Администрации  
города Ханты-Мансийска

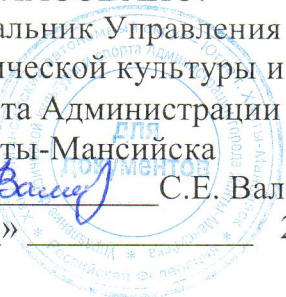
  
О.Г. Тыщенко  
«    »    2023 г.



СОГЛАСОВАНО:

Начальник Управления  
физической культуры и  
спорта Администрации города  
Ханты-Мансийска

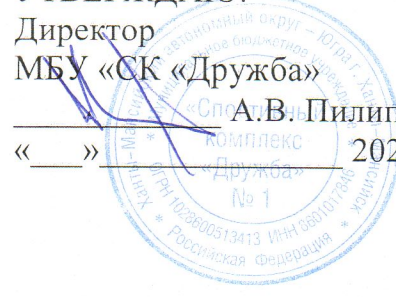
  
С.Е. Валюк  
«    »    2023 г.



УТВЕРЖДАЮ:

Директор  
МБУ «СК «Дружба»  
А.В. Пилипас

«    »    2023 г.



**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**о проведении II этапа XX соревнований «ГУБЕРНАТОРСКИЕ**  
**СОСТЯЗАНИЯ» среди детей дошкольных образовательных организаций,**  
**посвящённых Десятилетию детства**

**1. Общее положение**

Соревнования «Губернаторские состязания» среди детей дошкольных образовательных организаций города Ханты-Мансийска (далее – Соревнования) проводятся на основании распоряжения Правительства Ханты-Мансийского автономного округа - Югры от 20 октября 2003 года № 747-рп «О ежегодном проведении соревнований «Губернаторские состязания» среди детей дошкольных образовательных учреждений Ханты-Мансийского автономного округа - Югры», в соответствии с Единым календарным планом окружных, межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Ханты-Мансийского автономного округа - Югры на 2023 год, в соответствии с Единым календарным планом физкультурных и спортивных мероприятий города Ханты-Мансийска на 2023 год в целях:

- формирование потребности детей в здоровом образе жизни.

Задачами Соревнований являются:

- развитие и укрепление двигательных умений, навыков и физических качеств детей;
- смотр физкультурно-оздоровительной работы в детских дошкольных организациях;
- формирование сборной команды для участия в III этапе «Губернаторские состязания» среди детей дошкольных образовательных учреждений.

Настоящее положение регулирует все вопросы, связанные с организацией, порядком проведения и подведения итогов настоящих соревнований. При разрешении споров и вопросов, не урегулированных настоящим Положением, спортсмены, тренеры, должностные лица и иные субъекты руководствуются Федеральным законом от 04 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», нормативными документами спортивной федерации.

**2. Место и сроки проведения**

«Губернаторские состязания» среди детей дошкольных образовательных организаций города Ханты-Мансийска проводятся **17 - 27 апреля 2023 года** на базе Муниципальных бюджетных дошкольных образовательных учреждений и МБУ «СК «Дружба» по адресу: ул. Г. Величко, 3

Время проведения: 09.30 - 12.30 час. (График проведения тестов будет определен на судейской коллегии 12.04.2023 года, МБУ «СК «Дружба» по адресу: ул. Г. Величко, 3. (конференц зал).

### **3. Организаторы мероприятия**

Общее руководство проведением соревнований осуществляется Управлением физической культуры и спорта Администрации города Ханты-Мансийска.

Непосредственное проведение соревнований возлагается на Муниципальное бюджетное учреждение «Спортивный комплекс «Дружба» и главную судейскую коллегию.

Главный судья соревнований Крушинский Илья Анатольевич, контактный тел. 89505008797.

### **4. Требования к участникам и условия их допуска**

В соревнованиях принимают участие дети 6-7 лет - воспитанники дошкольных образовательных организаций города Ханты-Мансийска.

Возраст участников определяется на день начала соревнований.

Состав команды: 7 мальчиков и 7 девочек. В состав команды должны входить дети из одной дошкольной образовательной организации.

К соревнованиям не допускаются учащиеся начальных классов образовательных организаций, а так же из других дошкольных образовательных организаций.

### **5. Условия проведения соревнований «Губернаторских состязаний»**

**17 - 25 апреля 2023** года выполнение единых тестовых упражнений № 1-5, (состав команды: 7 девочек + 7 мальчиков) на базе Муниципальных бюджетных дошкольных образовательных учреждений, согласно графика.

#### ***Тест № 1 «Прыжок в длину с места» (Испытание (тест) I степени ГТО)***

Проводится линия и перпендикулярно к ней закрепляют сантиметровую ленту (рулетку). Участник встаёт около линии, не касаясь её носками, затем, отводя руки назад, сгибает ноги в коленях и, оттолкнувшись обеими ногами, сделав резкий мах руками вперёд, прыгает вдоль разметки. Расстояние измеряется в сантиметрах от стартовой линии до ближнего касания ногами. Участникам даются три попытки, лучший результат идёт в зачёт. Упражнение требует предварительной подготовки для выработки координации движений руками и ногами.

Ошибки:

- заступ за линию измерения или касание ее;
- выполнение отталкивания с предварительным подскоком;
- отталкивание ногами одновременно.

#### ***Тест № 2 «Челночный бег 3 x 10 метров» (Испытание (тест) I степени ГТО)***

На расстоянии 10 м. прочерчиваются 2 параллельные линии – «Старт» и «Финиш».

Участник, не наступая на стартовую линию, принимает положение высокого старта. По команде «Марш!» (с одновременным включением секундомера) участник бежит до финишной линии, касается линии рукой, возвращается к линии старта, касается ее и преодолевает последний отрезок без касания линии финиша рукой. Секундомер останавливают в момент пересечения линии «Финиша».

**Тест № 3 «Поднимание туловища из положения лёжа на спине за 1 минуту»**

Исходное положение лежа на спине руки за головой, ноги вместе согнуты в коленях, ступни закреплены. Фиксируется количество выполненных упражнений, до касания локтями коленей за 1 (одну) минуту. При выполнении данного теста лопатки спины должны касаться мата. На выполнение упражнения дается одна попытка.

**Тест № 4 «Наклоны вперед из положения стоя на гимнастической скамье»  
(Испытание (тест) I ступени ГТО)**

Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье выполняется из исходного положения: стоя на гимнастической скамье, ноги выпрямлены в коленях, ступни расположены параллельно на ширине 10-15 см. При выполнении испытания по команде судьи участник выполняет два предварительных наклона, скользя руками по линейке измерения. При третьем наклоне участник максимально сгибается и фиксирует результат в течении 2 секунд.

Величина гибкости измеряется в сантиметрах. Результат выше уровня гимнастической скамьи определяется знаком «-», ниже – знаком «+».

Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:

- сгибание ног в коленях;
- фиксация результата пальцами одной руки;
- отсутствие фиксации результата в течении 2 секунд.

**Тест № 5 «Подтягивание – из виса лёжа на низкой перекладине»  
(Испытание (тест) I ступени ГТО)**

Подтягивание на низкой перекладине выполняется из ИП: вис лежа лицом вверх хватом сверху. Кисти рук на ширине плеч, голова, туловище и ноги составляют прямую линию, пятки могут упираться в опору высотой до 4 см.

Высота грифа перекладины для участников – 90 см.

По команде «Марш!» участник выполняет подтягивание до уровня подбородка и опускание на прямые руки (выпрямление рук в локтевых суставах). Упражнение выполняется плавно, без рывков. При выгибании тела, сгибании ног в коленях - попытка не засчитывается. Количество правильных выполнений идет в зачёт. Подтягиваются, не отрывая ног от пола без чьей-либо помощи.

Ошибки:

- подтягивание с рывком или с прогибанием туловища;
- подбородок не поднялся выше грифа перекладины;
- отсутствие фиксации на 0.5 сек. ИП;
- одновременное сгибание рук.

**26 - 27 апреля** 2023 года выполнение единых тестовых упражнений № 6-7 (состав команды: 7 девочек + 7 мальчиков) на базе МБУ «СК «Дружба» по адресу: ул. Г. Величко, 3.

Время проведения: 09.30 - 12.30 час. (График проведения тестов будет определен на судейской коллегии 12.04.2023 года).

**Тест № 6 «Бег 30 метров с высокого старта»  
(Испытание (тест) I ступени ГТО)**

По команде «На старт!» участники подходят к линии старта и занимают исходное положение. По команде «Внимание!» наклоняются вперед и по команде «Марш!» бегут к линии финиша по своей дорожке. Время определяется с точностью до 0,1 сек.

#### **Тест № 7 «Бег 300 метров, с высокого старта в спортивном зале»**

По команде «На старт!» участники подходят к линии старта и занимают исходное положение. По команде «Внимание!» наклоняются вперед и по команде «Марш!» выполняют бег. Состав команды 7 девочек, 7 мальчиков. Время определяется с точностью до 0,1 сек.

### **6. Условия подведения итогов**

Победители и призёры в командном зачете определяются по наибольшей сумме очков, набранных в единых тестовых упражнениях. В зачет идут результаты всех участников.

Протоколы соревнований II этапа высылаются до 15 мая 2023 года в Управление спортивных мероприятий автономного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «ЮграМегаСпорт» по адресу: 628001, г. Ханты-Мансийск, ул. Ледовая 1, тел/факс 8 (3467) 363-768, e-mail – [husnullinrr@ugramegasport.ru](mailto:husnullinrr@ugramegasport.ru).

Протоколы, направленные позже указанного срока, не рассматриваются.

### **7. Награждение**

Участники команд, занявшие I, II, III места в тестовых упражнениях, награждаются дипломами и медалями соответствующих степеней.

Команда, занявшая I место в общекомандном зачете - Кубком и дипломом, II, III места - дипломом.

Участникам мероприятия, не занявшим призовые места, вручаются памятные медали.

Инструкторам физической культуры дошкольных образовательных организаций вручаются благодарности.

### **8. Подача заявок**

Предварительные заявки на участие в соревнованиях подать на электронную почту: [otd.smm@mail.ru](mailto:otd.smm@mail.ru) до 12 апреля 2023 года. Оригиналы заявок, заверенные медицинским работником и руководителем дошкольного образовательного учреждения предоставить на заседание главной судейской коллегии совместно с представителями команд 12 апреля 2023 года в 14.30 в МБУ «СК «Дружба» по адресу: ул. Г.Величко, 3 (форма заявки, приложение № 2).

В день судейской коллегии будет проведено совещание с инструкторами физической культуры дошкольных образовательных организаций с целью ознакомления с едиными требованиями соревнований «Губернаторские состязания».

### **9. Условия финансирования**

Расходы по проведению соревнований несет Муниципальное бюджетное учреждение «Спортивный комплекс «Дружба» (согласно утвержденной приказом сметы расходов).

## **10. Обеспечение безопасности участников соревнований**

Обеспечение безопасности участников осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2014 года № 353.

Готовность физкультурно-спортивного сооружения к проведению спортивных соревнований принимается Актом (приложение 1 к Положению) за 1 сутки до начала мероприятия.

Оказание медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23.10.2020г. № 1144н «О порядке организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

**Данное положение является официальным вызовом на II этап XX соревнований «ГУБЕРНАТОРСКИЕ СОСТЯЗАНИЯ» среди детей дошкольных образовательных организаций**

**Таблица**  
оценки уровня физической подготовленности детей 6 - 7 лет при выполнении тестирования по программе соревнований «Губернаторские состязания» (мальчики и девочки)

Очки	Бег 30 м с высокого старта (сек.)		Прыжки в длину с места (см)		Челночный бег 3 x 10 м (сек.)		Подтягивание из виса лежа (кол-во раз)	
	мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки
30	5,9	6,2	140	135	9,2	9,5	13	11
29	6,0	6,3	137	132	9,3	9,8	12	10
28	6,1	6,4	134	128	9,4	9,9	11	9
27	6,2	6,5	131	124	9,5	10,0	10	8
26	6,3	6,6	128	120	9,6	10,1	9	7
25	6,4	6,7	125	117	9,7	10,2	8	-
24	6,5	6,8	122	115	9,8	10,3	7	6
23	6,6	6,9	120	112	9,9	10,4	-	-
22	6,7	7,0	117	108	10,0	10,5	6	-
21	6,8	7,1	115	105	10,1	10,6	-	-
20	6,9	7,2	111	102	10,2	10,7	-	-
19	7,0	7,3	107	99	10,3	10,8	-	5
18	7,1	7,4	104	96	10,4	10,9	-	-
17	7,2	7,5	101	93	10,5	11,0	5	-
16	7,3	7,6	98	90	10,6	11,1	-	-
15	7,4	7,7	94	87	10,7	11,2	-	4
14	7,5	7,8	90	84	10,8	11,3	-	-
13	7,6	7,9	86	81	10,9	11,4	4	-
12	7,7	8,0	82	78	11,0	11,5	-	-
11	7,8	8,1	78	75	11,1	11,6	-	-
10	7,9	8,2	74	72	11,2	11,7	-	3
9	8,0	8,3	70	69	11,3	11,8	-	-
8	8,1	8,4	69	66	11,4	11,9	3	-
7	8,2	8,5	68	65	11,5	12,0	-	-
6	8,3	8,6	67	64	11,6	12,1	-	2
5	8,4	8,7	66	63	11,7	12,2	2	-
4	8,5	8,8	65	62	11,8	12,3	-	-
3	8,6	8,9	64	61	11,9	12,4	-	1
2	8,7	9,0	63	60	12,0	12,5	-	-
1	8,8	9,1	62	59	12,1	12,6	1	-

Примечание: Если участник показал результат, превышающий значение 30 очков, 1 см, 1 раз, 300 м (1 сек.), 30 м (0,1 сек.) начисляется дополнительно 1 очко.

**Таблица**  
**оценки уровня физической подготовленности детей 6 – 7 лет при выполнении**  
**тестирования по программе соревнований «Губернаторские состязания»**  
**(мальчики и девочки)**

Очки	Наклон вперед из положения сидя (+ см)		Подъем туловища за 1 мин.		Бег 300 м в спортзале (мин., сек.)	
	мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки
30	7	9	35	30	1,21	1,30
29	6	-	34	-	1,22	1,31
28	-	8	-	29	1,23	1,32
27	5	-	33	28	1,24	1,33
26	-	-	-	-	1,25	1,34
25	-	7	32	27	1,26	1,35
24	-	-	-	26	1,27	1,36
23	4	-	31	-	1,28	1,37
22	-	6	30	25	1,29	1,38
21	-	-	29	24	1,30	1,39
20	-	-	-	-	1,31	1,40
19	3	5	28	23	1,32	1,41
18	-	-	27	-	1,33	1,42
17	-	-	-	22	1,34	1,43
16	2	4	26	-	1,35	1,44
15	-	-	25	21	1,36	1,45
14	-	-	24	20	1,37	1,46
13	-	3	23	-	1,38	1,47
12	1	-	-	19	1,39	1,48
11	-	-	22	-	1,40	1,49
10	-	2	-	18	1,41	1,50
9	0	-	21	17	1,42	1,51
8	-	1	-	-	1,43	1,52
7	-1	-	20	16	1,44	1,53
6	-	0	-	-	1,45	1,54
5	-2	-1	19	15	1,46	1,55
4	-	-	-	-	1,47	1,56
3	-	-2	18	14	1,48	1,57
2	-3	-3	-	-	1,49	1,58
1	-4	-4	17	13	1,50	1,59

Примечание: Если участник показал результат, превышающий значение 30 очков, то 1 см, 1 раз, 300 м (1 сек.), 30 м (0,1 сек.) начисляется дополнительно 1 очко.

**Приложение № 1**

к положению о проведении II этапа XX соревнований  
«ГУБЕРНАТОРСКИЕ СОСТЯЗАНИЯ» среди детей дошкольных  
образовательных организаций, посвящённых Десятилетию детства

**АКТ ГОТОВНОСТИ**

(точное наименование спортивного сооружения, базы)  
к проведению

(наименование учебно-тренировочного мероприятия, соревнования)

в период с "\_\_\_" \_\_\_\_\_ 2023г. по "\_\_\_" \_\_\_\_\_ 2023г.

1. Спортивное сооружение, база (ненужное зачеркнуть) готова к проведению

(наименование физкультурно-спортивного мероприятия.)

2. Имеющаяся материально-техническая база, оборудование, инвентарь обеспечивают нормальные условия для проведения

(наименование физкультурно-спортивного мероприятия.)

3. В целях обеспечения безопасности при проведении спортивно-массовых мероприятий информация сообщается в ФКУ «ЦУКС ГУ МЧС России по ХМАО-Югре».

(нужное подчеркнуть или дополнить)

Инструктаж участников мероприятия о необходимых в условиях данной местности мерах безопасности проводится дирекцией спортсооружения, базы (ненужное зачеркнуть)  
"\_\_\_" \_\_\_\_\_ 2023г.

Зам. Директора по АХЧ  
спортсооружения, базы

\_\_\_\_\_  
ФИО

\_\_\_\_\_  
подпись

"\_\_\_" \_\_\_\_\_ 2023г.

Главный судья соревнований,  
судья \_\_\_ категории

\_\_\_\_\_  
ФИО

\_\_\_\_\_  
подпись

"\_\_\_" \_\_\_\_\_ 2023г.



Приложение № 2

к положению о проведении II этапа XX соревнований  
«ГУБЕРНАТОРСКИЕ СОСТЯЗАНИЯ» среди детей дошкольных  
образовательных организаций, посвящённых Десятилетию детства

**ЗАЯВКА**

для участия во II этапе XX соревнований «ГУБЕРНАТОРСКИЕ СОСТЯЗАНИЯ»  
среди детей дошкольных образовательных организаций, посвящённых Десятилетию детства

от \_\_\_\_\_

№ п/п	Фамилия, имя, отчество (полностью)	Дата рождения (число, месяц, год рождения)	Структурное подразделение	Допуск врача	Согласие на обработку персональных данных (ФИО, дата рождения, адрес, размещение фотографии на сайте)
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					
9.					
10.					
11.					

12.					
13.					
14.					
15.					
16.					
17.					

Допущено к соревнованиям \_\_\_\_\_ чел. Врач: \_\_\_\_\_

Представитель команды: \_\_\_\_\_ (ФИО) (подпись)

Руководитель: \_\_\_\_\_ (ФИО) (подпись) М. П.