

В состав класса-команды включаются обучающиеся одного класса одного общеобразовательного учреждения, зачисленные в данный класс до 1 января 2020 года.

Все участники классов-команд должны иметь единую спортивную и парадную форму с названием (логотипом) общеобразовательной организации и муниципального образования.

В случае выявления нарушений требований к участникам и условий их допуска, класс – команда снимается с соревнований.

4. Программа мероприятия

№ п/п	Вид программы	Состав городской класс-команды	Форма участия
1.	«Спортивное многоборье» (тесты)	8 юношей, 8 девушек	Лично - командная
2.	Творческий конкурс	6-8 юношей, 6-8 девушек	Командная
3.	Теоретический конкурс	6-8 юношей, 6-8 девушек	Командная
4.	Эстафетный бег	5 юношей, 5 девушек	Командная

Виды программы:

1) Спортивное многоборье (тесты)

Результат личного первенства подводится отдельно среди юношей и девушек.

Спортивное многоборье (тесты) включает в себя:

Бег 1000 м (юноши, девушки). Выполняется с высокого старта на беговой дорожке. Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,1 секунды.

Бег на короткие дистанции:

бег 30 м (юноши, девушки 6 класс);

бег 60 м (юноши, девушки 7, 8, 9 классы);

бег 100 м (юноши, девушки 10,11 классы).

Соревнования проводятся на беговой дорожке (старт произвольный). Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,1 секунды.

Подтягивание на перекладине (юноши). Участник с помощью судьи принимает положение виса хватом сверху. Подтягивается непрерывным 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 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