

**ТЕКСТЫ ОЛИМПИАДНЫХ ЗАДАНИЙ
ДЛЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО ЭТАПА
ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ
ШКОЛЬНИКОВ ПО ПРЕДМЕТУ
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»
В 2021-2022 УЧЕБНОМ ГОДУ.**

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

7-8 классы

Красноярск 2021.

I. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Инструкция по выполнению теоретико-методического задания

Вам предлагаются задания, основанные на содержании образовательных программ основного общего и среднего общего образования углубленного уровня по предмету «Физическая культура».

Задания объединены в 5 групп:

I. Задания в закрытой форме №№ 1–18 с выбором одного правильного ответа из предложенных вариантов. Задания представлены в форме незавершенных утверждений, которые при завершении могут оказаться либо истинными, либо ложными. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильное завершение из предложенных вариантов. Правильным является то, которое наиболее полно соответствует смыслу утверждения.

Выбранные варианты отмечаются зачеркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в» или «г», например:

1 а б в г

Ряд заданий оцениваются, если отмечены все зачетные варианты. Это условие указано в задании: *«отметьте все позиции»*.

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте незнакомые задания. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.

II. Задания в открытой форме №№ 19–22. При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подбранное определение разборчиво вписывайте в соответствующую графу бланка ответов.

III. Задание на установления соответствия № 23. При выполнении задания №23 необходимо установить соответствие между спортсменами и видами спорта, в которых они выступали.

IV. Задание № 24 процессуального и алгоритмического толка.

При выполнении задания необходимо из набора слов составить верное определение понятия «Спорт». Номера слов в правильной последовательности необходимо занести в бланк ответов.

V. Задание, связанное с перечислением. №25.

При выполнении задания необходимо перечислить фамилии спортсменов команды по спортивной гимнастике, девушкам – женщин, юношам – мужчин.

Время выполнения заданий – 45 минут.

Контролируйте время выполнения задания.

Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов.

За допущенные участником в ответах *орфографические ошибки* ответ считается *неверным*.

Все *исправления и зачеркивания* квалифицируются как *неверный* ответ.

Желаем успеха!

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ***Задания в закрытой форме***

Завершите утверждения, отмечая соответствующие поля бланка ответов.

1. В долине какой реки праздновались античные Олимпийские игры?

- а. Кладей;
- б. Алфей;
- в. Гея;
- г. Эвротас.

2. «Аскет» происходит от греческого asketes, обозначающего...

- а. мужественный;
- б. упражняющийся;
- в. воспитанный;
- г. обучающийся.

3. Царь Элиды в Древней Греции...

- а. Клеосфен;
- б. Ликург;
- в. Ифит;
- г. Авгий.

4. Возникновение паралимпийских видов спорта связывают с именем ...

- а. Пьера де Кубертена;
- б. Людвиг Гутмана;
- в. Алексея Бутовского;
- г. Жака Рогге.

5. По команде «кругом» выполняется следующая последовательность действий:

- а. осуществляется поворот в сторону правой руки на правой пятке, левом носке на 180 и приставляют левую ногу к правой;
- б. осуществляется поворот в сторону левой руки на левой пятке, правом носке на 180 и приставляют правую ногу к левой;
- в. ожидается команда «марш»;
- г. поворот осуществляется в произвольном направлении.

6. Из каких частей состоит словесная команда?

- а. подготовительная и основная;
- б. основная и дополнительная;
- в. предварительная и исполнительная;
- г. общая и контрольная.

7. В какой момент движения происходит мах руками в прыжке в длину с места?

- а. перед отталкиванием;
- б. во время отталкивания;
- в. после отталкивания;
- г. во время полёта.

8. Сколько раз концерт Чайковского № 1 прозвучал на XXXII летних Олимпийских играх?

- а. 20;
- б. 23;
- в. 25;
- г. 28.

9. Знаменосец команды ОКР на церемонии закрытия Олимпийских игр в Токио 2020?

- а. Софья Великая;
- б. Абдулрашид Садулаев;
- в. Максим Михайлов;
- г. Никита Нагорный.

10. Абу-Али-Ибн-Сина (Авиценна) в книге «Канон врачебной науки», в главе «Сохранение здоровья» указал, что главным для сохранения здоровья является...

- а. режим сна;
- б. режим питания;
- в. спортивный режим;
- г. двигательный режим.

11. Движение в суставе вокруг фронтальной оси, направленное на увеличение суставного угла называется...

- а. сгибанием;
- б. разгибанием;
- в. пронацией;
- г. супинацией.

12. Какой из видов спорта относят к циклическим?

- а. велоспорт;
- б. вольная борьба;
- в. дзюдо;
- г. санный спорт.

13. Здоровый образ жизни – это формы и способы жизнедеятельности, направленные на ...

- а. развитие физических качеств людей;
- б. оптимизацию физического состояния;
- в. подготовку к профессиональной деятельности;
- г. поддержание высокой работоспособности людей.

14. В процессе обучения двигательным действиям используются методы

- а. расчленённо-конструктивного упражнения;
- в. целостно-аналитического упражнения;
- б. избирательного воздействия;
- г. сопряженного воздействия.

Отметьте все позиции.

15. Какими рекомендациями не следует руководствоваться при организации самостоятельных занятий физическими упражнениями...

- а. использовать предварительно освоенные упражнения;
- б. стремиться к достижению сдвигов в короткие сроки;
- в. регулировать величину нагрузки в соответствии с реакциями организма;
- г. выполнять только те упражнения, которые стимулируют рост результатов.

Отметьте все позиции.

16. К основным понятиям предмета «Физическая культура» относятся:

- а. предмет «Физическая культура»;
- б. физическое развитие;
- в. физкультурное образование;
- г. педагогический процесс по предмету «Физическая культура».

Отметьте все позиции.

17. Закаливание воздухом проводится...

- а. в любое время года;
- б. осенью при постепенном снижении температуры;
- в. зимой при температуре от - 5° до - 12°;
- г. весной, в прохладную погоду.

18. На какой картинке изображён первый президент МОК Деметриус Викелас?

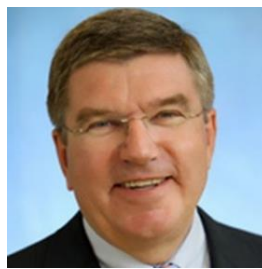
А



Б



В



Г



Задания в открытой форме

Завершите утверждение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.

19. Движение туловища (головы) из вертикального положения в какую-либо сторону.

20. Хоккейный пенальти.

21. Команда, по которой обучающиеся встают в строй, принимая строевую (основную) стойку.

22. Отсутствие выстрела при производстве стрельбы вследствие неисправности оружия, патрона.

Задание на установления соответствия

23. Установите соответствие

1	Марк Спитц	1	Автоспорт
2	Николай Андрианов	2	Лыжные гонки
3	Сергей Бубка	3	Спортивная гимнастика
4	Михаэль Шумахер	4	Большой теннис
5	Уэйн Гретцки	5	Бокс
6	Рождер Федерер	6	Плавание
7	Мохаммед Али	7	Лёгкая атлетика
8	Майкл Джордан	8	Хоккей с шайбой
9	Сергей Устюгов	9	Баскетбол
10	Андрей Кириленко	10	Биатлон

Задание процессуального и алгоритмического толка

24. Спорт -

1	как	10	сложившаяся
2	соревнований	11	и
3	форме	12	подготовки
4	социально-культурной	13	деятельности
5	совокупность	14	видов
6	человека	15	практики
7	специальной	16	к
8	в	17	ним
9	спорта	18	сфера

Задание, связанное с перечислением.

25. Перечислите фамилии Олимпийских чемпионов по спортивной гимнастике в командном многоборье на Олимпийских играх Токио 2020.

(Девушки указывают женщин, юноши указывают мужчин)

**Вы выполнили задание!
Поздравляем**

**Всероссийская олимпиада школьников по физической культуре, 2021–2022.
Муниципальный этап, 7–8 классы**

Ф.И.О. (полностью) _____

ООУ _____ Класс _____

Шифр _____

Линия отрыва - - - - -

Шифр _____

Бланк ответа

I. Задания в закрытой форме, с выбором одного правильного ответа.

№ вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				

№ вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				

II. Задания в открытой форме, в которых необходимо завершить высказывание.

№ вопроса	Ответ
19	
20	
21	
22	

III. Задание «на соответствие»

23.

<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>	<i>9</i>	<i>10</i>

IV. Задание процессуального или алгоритмического толка.

24. _____

V. Задание, связанные с перечислением.

25. _____

Оценка (слагаемые и сумма баллов) _____

Подписи и ФИО членов жюри _____

**ТЕКСТЫ ОЛИМПИАДНЫХ ЗАДАНИЙ
ДЛЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО ЭТАПА
ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ
ШКОЛЬНИКОВ ПО ПРЕДМЕТУ
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»
В 2021-2022 УЧЕБНОМ ГОДУ.**

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

9-11 классы

Красноярск 2021.

I. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Инструкция по выполнению теоретико-методического задания

Вам предлагаются задания, основанные на содержании образовательных программ основного общего и среднего общего образования углубленного уровня по предмету «Физическая культура».

Задания объединены в 7 групп:

I. Задания в закрытой форме №№ 1–18 с выбором одного правильного ответа из предложенных вариантов. Задания представлены в форме незавершенных утверждений, которые при завершении могут оказаться либо истинными, либо ложными. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильное завершение из предложенных вариантов. Правильным является то, которое наиболее полно соответствует смыслу утверждения.

Выбранные варианты отмечаются зачеркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в» или «г», например:

1 а б в г

Ряд заданий оцениваются, если отмечены все зачетные варианты. Это условие указано в задании: *«отметьте все позиции»*.

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте незнакомые задания. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.

II. Задания в открытой форме №№ 19–23. При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подбранное определение разборчиво вписывайте в соответствующую графу бланка ответов.

III. Задание на установления соответствия №№ 24,25. При выполнении задания №24 необходимо установить соответствие между приёмами массажа и действиями, составляющими их сущность, соединив их в пары. В задании №25 необходимо установить соответствие между тренерами и видами спорта, команды которых они возглавляли (возглавляют) в настоящее время, соединив их в пары.

IV. Задание № 26 процессуального и алгоритмического толка.

При выполнении задания необходимо определить последовательность упражнений при обучении кувырку вперед. Верные, на Ваш взгляд позиции необходимо занести в бланк ответов.

V. Задание, связанное с перечислением. №№27,28.

VI. Задание с графическим изображением (пиктограммой) №29. При выполнении этого задание, необходимо правильно назвать положение, изображенный на картинке (пиктограмме) свой ответ записать в бланк ответов.

VII. Задание- задача №30.

При выполнении этого задания разрешается использовать черновик. Записи, выполненные на черновике, не оцениваются.

Время выполнения заданий – 45 минут.

Контролируйте время выполнения задания.

Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов.

За допущенные участником в ответах *орфографические ошибки* ответ считается *неверным*.

Все *исправления и зачеркивания* квалифицируются как *неверный* ответ.

Желаем успеха!

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ***Задания в закрытой форме***

Завершите утверждения, отмечая соответствующие поля бланка ответов.

1. *Первым Олимпийским чемпионом Красноярского края...*

- а. Алексей Шумаков;
- б. Светлана Мастеркова;
- в. Иван Ярыгин;
- г. Елена Наймушина.

2. *Чемпионом мира по хоккею 2008, 2010 из Красноярского края становился...*

- а. Александр Сёмин;
- б. Сергей Ломанов старший;
- в. Александр Овечкин;
- г. Илья Ковальчук.

3. *Кто по легенде, в гонке колесниц победил царя Эномайя и в честь этого события учредил проведение Олимпийских игр?*

- а. Пелопс;
- б. Зевс;
- в. Геракл;
- г. Ахиллес.

4. *При проведении Олимпийских игр одним из главных символов является Олимпийский огонь, который горит на протяжении всей олимпиады. Единственный раз огонь погас из-за ливня. Когда и где это произошло?*

- а. Мюнхен 1972 г;
- б. Монреаль 1976 г;
- в. Москва 1980 г;
- г. Сеул 1988 г.

5. *Единственный в мировом спорте игрок, который был капитаном олимпийских сборных команд и по хоккею, и по футболу:*

- а. Черчесов С;
- б. Бобров В;
- в. Третьяк В;
- г. Тарасов А.

6. Какой вид прыжка не может выполняться с разбега и с места?

- а. прыжок в длину;
- б. прыжок в высоту;
- в. тройной прыжок;
- г. прыжок с шестом.

7. Предметом обучения в процессе физического воспитания являются ...

- а. физические качества;
- б. состояние здоровья, физическое развитие;
- в. двигательные действия;
- г. личностные качества.

8. Какие методы различают в физическом воспитании?

- а. основные и дополнительные;
- б. специфические и общепедагогические;
- в. практические и теоретические;
- г. общие и специальные.

9. Тренирующий эффект физических упражнений обусловлен...

(Отметить все позиции)

- а. их продолжительностью;
- б. их интенсивностью;
- в. интервалами между ними;
- г. временем года.

10. Характер и конкретный порядок сочетания методов обучения двигательным действиям определяется...

(Отметить все позиции)

- а. задачами учебно-воспитательной работы;
- б. желанием учителя физической культуры;
- в. особенностями занимающихся;
- г. особенностями изучаемого материала.

11. Основными формами занятий физическими упражнениями в режиме учебного дня являются...

(Отметить все позиции)

- а. гимнастика до занятий;
- б. физкультминутки во время уроков;
- в. соревнования;
- г. физкультурные занятия в группах продленного дня.

**12. Какие города России и СССР были столицами Всемирных Универсиад...
(Отметить все позиции)**

- а. Москва
- б. Красноярск
- в. Сочи
- г. Казань

13. Особенностью урочной формы занятий не является:

- а. проведение в специально отведенном месте;
- б. систематичность и непрерывность;
- в. однородный состав занимающихся;
- г. добровольность.

14. Высокмолекулярные органические вещества, построенные из остатков аминокислот, участвующие в обмене веществ и энергетических превращениях обозначаются как...

- а. углеводы;
- б. белки;
- в. жиры;
- г. витамины.

15. Каким показателям должна соответствовать частота сердечных сокращений при выполнении циклических упражнений для воспитания общей выносливости?

- а. 90–100 ударов в минуту;
- б. 110–120 ударов в минуту;
- в. 140–150 ударов в минуту;
- г. 170–180 ударов в минуту.

16. Прикладная направленность физического воспитания подчеркивается в понятии...

- а. «физическая подготовка»;
- в. «физическое совершенство»;
- б. «физическая культурность»;
- г. «физическое образование».

17. Как расшифровывается аббревиатура VADA?

- а. всемирная антидопинговая ассоциация;
- б. всероссийская антидопинговая ассоциация;
- в. всемирное антидопинговое агентство;
- г. всероссийское антидопинговое агентство.

18. ФЗ № 273 это закон ...

- а. об Образовании в Российской Федерации;
- б. о Физической культуре и спорте в Российской Федерации;
- в. о Персональных данных;
- г. об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации.

Задания в открытой форме

Завершите утверждение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.

19. Все разновидности борьбы, бокса, фехтования, характеризующиеся контактным противоборством двух соперников в бою или поединке, регламентированном правилами соревнований, обозначаются, как ...

20. Ход в шахматах, выполненный раз в партии, когда ладья придвигается вплотную к королю, а король переносится через неё на соседнее поле.

21. Мах, выполняемый несколько раз.

22. Время двигательной активности во время урока физической культуры, затраченное только на выполнение упражнений.

23. Судья на античных Олимпийских играх.

Задание на установления соответствия

24. Сопоставьте основные приемы массажа, представленные в списке, обозначенном цифрами, с действиями, составляющими их сущность, обозначенном буквами, вписав в бланк ответов соответствующие цифры.

1. Поглаживание	а. Передача телу колебательных движений.
2. Растирание	б. Приподнимание, сдавливание, отжимание тканей.
3. Разминание	в. Скольжение рук по коже.
4. Вибрация	г. Смещение, растяжение тканей.

25. Сопоставьте фамилии тренеров с видами спорта, командами которых они руководили (руководят)

1. Владимир Алекно	а. Хоккей.
2. Олег Знарок	б. Баскетбол.
3. Дэвид Блатт	в. Футбол.
4. Гус Хиддинг	г. Волейбол.

Задание процессуального и алгоритмического толка

26. *определить последовательность упражнений при обучении кувырку вперед. Верные, на Ваш взгляд позиции необходимо занести в бланк ответов.*

1. Из упора присев перекат назад в группировке с последующей опорой руками за головой и перекат вперед.
2. Группировка из различных исходных положений.
3. Из упора присев кувырок вперед в упор присев.
4. Из упора стоя на коленях перекат в сторону.
5. Из упора присев перекат назад и перекатом вперед сед в группировке.
6. Из упора присев перекат назад и перекатом вперед упор присев.
7. Из упора присев кувырок вперед в сед в группировке.

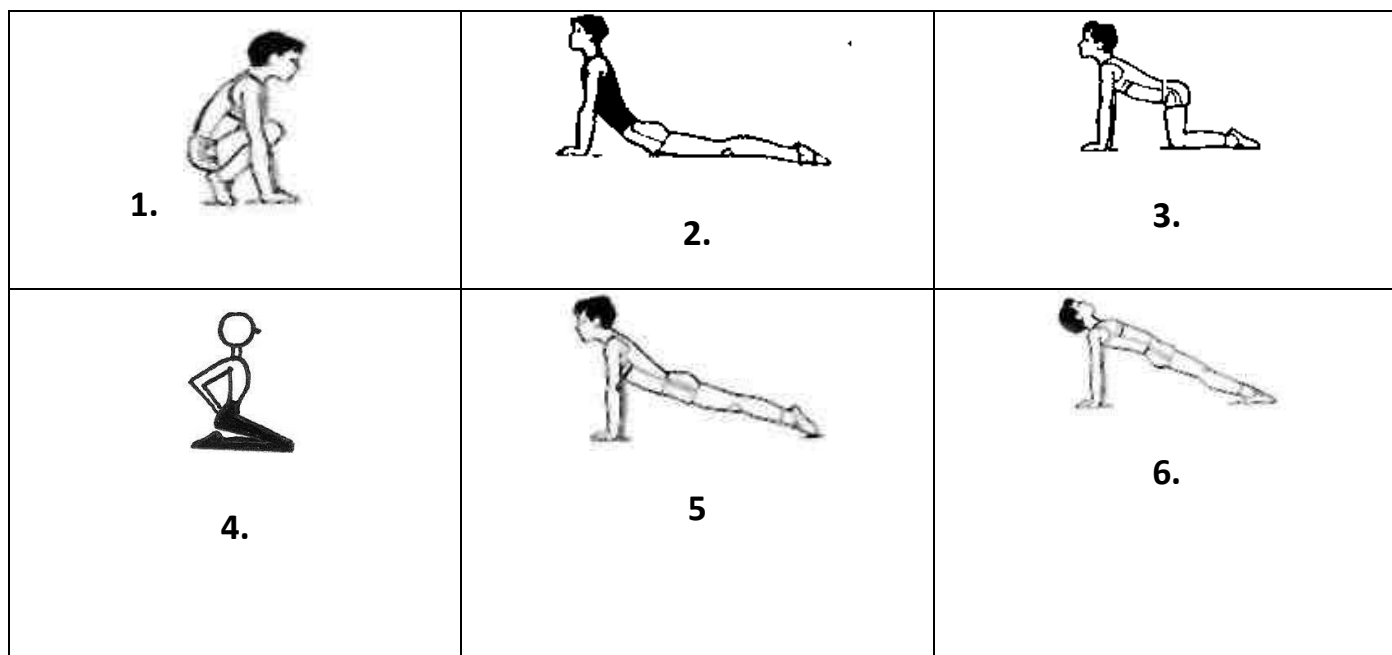
Задание, связанное с перечислением.

27. *Перечислите города России, в которых пройдет Чемпионат мира по волейболу среди мужских команд в 2022 году.*

28. *Назовите все этапы Всероссийской олимпиады школьников по физической культуре.*

Задание с графическим изображением (пиктограммой)

29. *Дайте правильное терминологическое определение представленным позициям на картинках.*



Задание- задача

30. Какое количество команд приняло участие в турнире по футболу если соревнования проводились по «олимпийской системе» (на вылет), и было сыграно 32 игры, включая матч за 3 место.

**Вы выполнили задание!
Поздравляем**

**Всероссийская олимпиада школьников по физической культуре, 2021–2022.
Муниципальный этап, 9–11 классы**

Ф.И.О. (полностью) _____

ООУ _____ Класс _____

Шифр _____

Линия отрыва - - - - -

Шифр _____

Бланк ответа

I. Задания в закрытой форме, с выбором одного правильного ответа.

№ вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				

№ вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				

II. Задания в открытой форме, в которых необходимо завершить высказывание.

№ вопроса	Ответ
19	
20	
21	
22	
23	

III. Задания «на соответствие».

24.

1	2	3	4

25.

1	2	3	4

IV. Задания процессуального или алгоритмического толка.

26. _____

V. Задания, связанные с перечислением.

27. _____

28. _____

VI. Задание с графическим изображением.

29.

1.	2.	3.	4.	5.	6.

VII. Задание задача.

30. Решение:

Ответ:

Оценка (слагаемые и сумма баллов) _____

Подписи и ФИО членов жюри _____

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ

по предмету «Физическая культура»

КРАСНОЯРСКИЙ КРАЙ 2021-2022 г.

МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП

Юноши 7-8 класс

ПРАКТИЧЕСКИЕ ИСПЫТАНИЯ

ГИМНАСТИКА

Программа испытаний

Испытания юношей проводятся в виде выполнения акробатического упражнения, которое имеет строго обязательный характер.

В случае изменения установленной последовательности элементов упражнение не оценивается, и участник получает 0,0 баллов. Упражнение должно иметь четко выраженное начало и окончание, выполняться слитно, без неоправданных пауз с фиксацией статических элементов не менее 2 секунд (не касается упражнений, где указано время фиксации положения).

Судьи оценивают качество выполнения упражнения в сравнении с идеально возможным вариантом исполнения.

Для выполнения упражнения участникам предоставляется только одна попытка.

№ п/п	Упражнение	Стоимость (в баллах)
	И.П. – основная стойка.	
1.	Силой согнувшись стойка на голове и руках (<i>держат</i>), опуститься в сед на пятках с наклоном вперёд, руки вверх (<i>обозначить</i>).	1.5+0.5
2.	Кувырок вперёд в сед углом руки в стороны (<i>держат</i>).	0.5+1.0
3.	Опустить ноги, руки вверх наклон вперед, ладонями коснуться пола по обеим сторонам от ступней (<i>обозначить</i>), кувырок назад в упор стоя согнувшись. Вставь в О.С. руки в стороны.	0.5+1.5
4.	Шагом левой (правой), прыжок со сменой прямых ног «ножницы».	0.5
5.	«Старт пловца», кувырок вперёд прыжком, прыжок вверх с поворотом на 360°.	1.0+1.0
6.	Переворот в сторону («колесо») повернуться спиной по направлению движению, прыжок ноги врозь.	1.5+0.5
	ВСЕГО	10

РЕГЛАМЕНТ КОНКУРСНОГО ИСПЫТАНИЯ ПО ГИМНАСТИКЕ

1. Участники

1.1. Юноши могут быть одеты в гимнастические майки **белого цвета**, ширина лямок которых не должна превышать 5 см, трико или спортивные шорты, не закрывающие колен.

1.2. Прическа участника испытания должна быть аккуратно собрана (заплетена), не препятствующая его обзору.

1.3. Упражнение может выполняться в носках, гимнастических тапочках («чешках») или босиком.

1.4. Использование украшений и часов не допускается.

1.5. Нарушение требований к спортивной форме наказывается сбавкой **0,5** балла с итоговой оценки участника.

2. Порядок выступлений

2.1. Для проведения испытаний участники распределяются по сменам в соответствии с личным стартовым номером.

2.2. Перед началом испытаний при формировании каждой смены участники должны предъявить судье при участниках паспорт и код (шифр) участника Олимпиады.

2.3. В каждой смене участники выполняют акробатическое упражнение в порядке, определяемом стартовым протоколом.

2.4. После вызова у участника есть 15 секунд, чтобы начать выступление. Упражнение, выполненное без вызова, не оценивается.

2.5. Участники должны в порядке, предусмотренном программой испытаний, выполнить акробатическое упражнение полностью или частично.

2.6. Если участник при выполнении упражнения допустил неоправданную, явно выраженную паузу более 5 секунд, то упражнение прекращается и оценивается только его выполненная часть.

2.7. Упражнение должно иметь четко выраженное начало и окончание. При нарушении данного требования производится сбавка 0,5 балла.

2.8. Оценка действий участника начинается с момента принятия исходного положения на акробатической дорожке и заканчивается фиксацией основной стойки после окончания упражнения. Сигналом готовности к началу выступления служит поднятая вверх рука.

2.9. Оказанная при выполнении упражнения вербальная помощь представителем участника наказывается сбавкой **1,0 балл**.

2.10. Все участники одной смены должны находиться в специально отведенном для них месте. Их поведение не должно мешать другим участникам.

2.11. За нарушения, указанные в п.п. 2.10. Председатель судейского жюри имеет право наказать участника снижением оценки на 0,5 балла, а в случае повторного нарушения – отстранить от участия в испытаниях.

3. Повторное выступление

3.1. Выступление участника не может быть начато повторно, за исключением случаев, вызванных непредвиденными обстоятельствами, к которым относятся: поломка гимнастического оборудования, произошедшая в процессе выступления; неполадки в работе общего оборудования – освещение, задымление помещения и т.п.; появление на акробатической дорожке (ковре) или в непосредственной близости от него посторонних объектов, создающих травмоопасную ситуацию.

3.2. При возникновении указанных выше ситуаций участник должен немедленно прекратить выступление. Если выступление будет завершено, оно будет оценено.

3.3. Только Председатель жюри имеет право разрешить повторное выполнение упражнения. В этом случае участник выполняет своё упражнение сначала после выступления всех участников своей смены.

3.4. Если выступление прервано по вине участника, повторное выполнение упражнения не разрешается.

4. Разминка

4.1. Перед началом выступлений участникам предоставляется разминка в течение 5 – 7 минут для всех участников смены.

5. Судьи

5.1. Для руководства испытаниям назначается судейское жюри.

5.2. Жюри состоит из Председателя судейского жюри и двух судейских бригад: бригады «А», оценивающей трудность упражнения, и бригады «В», оценивающей исполнение упражнения.

5.3. Каждую бригаду возглавляет судья (арбитр).

5.4. Судейской бригаде запрещается вслух комментировать выступление участника и объявлять ошибки, допущенные во время выступления.

5.5. В случае нарушения пункта 5.4. участник может подать протест на действия судейского корпуса и получить право на повторное выполнение задания.

6. Оценка трудности

6.1. Общая стоимость всех выполненных элементов и соединений составляет максимально возможную базовую оценку за трудность упражнения, равную **10 баллов**, к ней добавляется оценка за технику исполнения с учетом вычета ошибок (сбавок).

6.1.1 Максимально возможная оценка, полученная за выполнение акробатического упражнения может быть равна 20 баллам (10+10).

6.2. В случае изменения установленной последовательности выполнения упражнения комбинация не оценивается, участник получает 0 баллов.

6.3. Если участник не сумел выполнить элемент комбинации, его стоимость вычитается из базовой оценки акробатического соединения.

6.4. Акробатические элементы засчитываются участнику, если они выполнены без ошибок, приводящих к сильному, до неузнаваемости их искажению.

6.5. Время выполнения упражнения не должно превышать 1 минуты 10 секунд.

6.6. Если участник вышел за пределы временных ограничений, то оценивается только та часть, которая попала в отведенные временные рамки.

7. Оценка исполнения

7.1. Все исполняемые участниками элементы должны выполняться технически правильно, в соответствии с требованиями гимнастического стиля.

7.2. Судьи оценивают качество выполнения упражнения в сравнении с идеально возможным вариантом, учитывая требования к технике исполнения отдельных элементов.

7.3. Ошибки исполнения могут быть: мелкими – 0,1 балла, средними – 0,2-0,3 балла, грубыми – 0,4-0,5 балла. Падение и выход за пределы акробатической дорожки наказываются сбавкой – 1 балл.

7.4. К основным ошибкам, которые наказываются сбавкой, равной стоимости акробатического элемента, относятся:

– нарушение техники исполнения элемента или соединения, приводящее к сильному до неузнаваемости искажению;

– фиксация статического элемента менее 2 секунд;

– потеря равновесия, приводящая к падению;

– при выполнении прыжков – приземление не на стопы.

8. Окончательная оценка

8.1. Окончательная оценка участника выводится путём сложения базовой стоимости упражнения и технической оценки выполнения упражнения с учетом вычитания технических и дисциплинарных сбавок.

8.2. Окончательная оценка максимально может быть равной 20 баллов.

9. Оборудование

9.1. Акробатическое упражнение выполняется на дорожке или гимнастическом настиле толщиной не менее 3 см, размером не менее 12 метров в длину и 1,5 метра в ширину.

9.2. Вокруг акробатической дорожки имеется зона безопасности шириной не менее 1,0 метра, полностью свободная от посторонних предметов.

ИСПЫТАНИЕ ПО СПОРТИВНЫМ ИГРАМ (баскетбол)

Испытания для юношей проводятся в виде последовательного выполнения заданий из раздела спортивных игр, входящих в программу основной и средней общеобразовательной школы по физической культуре.

Комбинация считается выполненной, если участник выполнил все задания в установленном порядке. Для выполнения упражнения участникам предоставляется только одна попытка.

Если участник изменил последовательность выполнения комбинации; не сумел выполнить какой-либо элемент, включённый в комбинацию; не сумел выполнить комбинацию до конца, то к его времени прибавляется определённое количество штрафных секунд в соответствии с системой штрафа.

Регламент испытания

1. Участники.

1.1 Юноши должны быть одеты строго в спортивную форму, футболка с коротким рукавом или без рукава заправлена в шорты, спортивная обувь, предназначенная для занятий физической культурой и спортом в зальных помещениях.

1.1.1. Прически участников должны быть аккуратно собраны (заплетены) в хвостики.

1.2. В соответствии с инструкциями по охране труда запрещается выполнение задания в часах и украшениях, босиком, в джинсах, штанах, кофтах и т.д. В случае невыполнения требований участник не допускается к выполнению задания.

2. Порядок выступлений

2.1. Для проведения испытаний участники распределяются по сменам в соответствии с личным стартовым номером.

2.2. Перед началом испытаний при формировании каждой смены участники должны предъявить судье при участниках паспорт и личный код (шифр).

2.3. В каждой смене участники выполняют комбинацию в порядке, определяемом стартовым протоколом.

2.4. После вызова у участника есть 15 секунд, чтобы начать выступление. Упражнение, выполненное без вызова, не оценивается.

2.5. Участники должны в порядке, предусмотренном программой испытаний, выполнить комбинацию полностью.

2.6. Оценка действий участника начинается с момента принятия исходного положения на линии старта и заканчивается после выполнения последнего задания. Сигналом готовности к началу выступления служит поднятая вверх рука.

2.7. Все участники одной смены должны находиться в специально отведенном для них месте. Их поведение не должно мешать другим участникам.

2.8. За нарушения, указанные в п.п. 2.7. председатель судейского жюри имеет право наказать участника штрафными секундами, а в случае повторного нарушения – отстранить от участия в испытаниях.

2.9. Оказанная при выполнении упражнения вербальная помощь представителем участника наказывается штрафными секундами в соответствии с системой штрафа.

3. Повторное выступление

3.1. Выступление участника не может быть начато повторно, за исключением случаев, вызванных непредвиденными обстоятельствами, к которым относятся: выход из строя инвентаря, поломка оборудования, произошедшая в процессе выступления; неполадки в работе общего оборудования – освещение, задымление помещения и т.п.; появление в зале посторонних объектов, создающих травмоопасную ситуацию.

3.2. При возникновении указанных выше ситуаций участник должен немедленно прекратить выступление и проинформировать жюри о причинах остановки. Если выступление будет завершено, оно будет оценено.

3.3. Только Председатель жюри имеет право разрешить повторное выполнение упражнения. В этом случае участник выполняет своё упражнение сначала, после выступления всех участников своей смены.

3.4. Если выступление прервано по вине участника, повторное выполнение упражнения не разрешается.

4. Разминка

4.1. Перед началом выступлений участникам предоставляется разминка в течение 5 минут для всех участников смены.

5. Судьи

5.1. Для руководства испытаниям назначается судейское жюри.

5.2. Жюри состоит из Председателя судейского жюри, секретаря, секундометриста.

5.3. Судейской бригаде запрещается вслух комментировать выступление участника и объявлять ошибки, допущенные во время выступления.

5.4. В случае нарушения пункта 5.3. участник может подать протест на действия судейского корпуса и получить право на повторное выполнение задания.

6. Оценка выполнения комбинации

6.1. После выполнения задания к итоговому времени судейская бригада прибавляет штрафные секунды, после чего итоговый результат заносится в протокол.

7. Оборудование.

7.1. Комплексное испытание по спортивным играм выполняется в спортивном зале, который должен быть полностью свободен от гимнастического оборудования, посторонних предметов и иметь размеры не менее чем 15 x 28 м. На всё оборудование, используемое участниками олимпиады должны быть акты разрешения. Достаточное количество баскетбольных мячей №7, баскетбольных корзин футбольных мячей №4, ворот для игры в мини-футбол, клюшек, ворот и мячей для флорбола. Освещение в спортивном зале должно соответствовать нормам СП 52.13330.2016 и равно 200 лк.

Программа испытаний

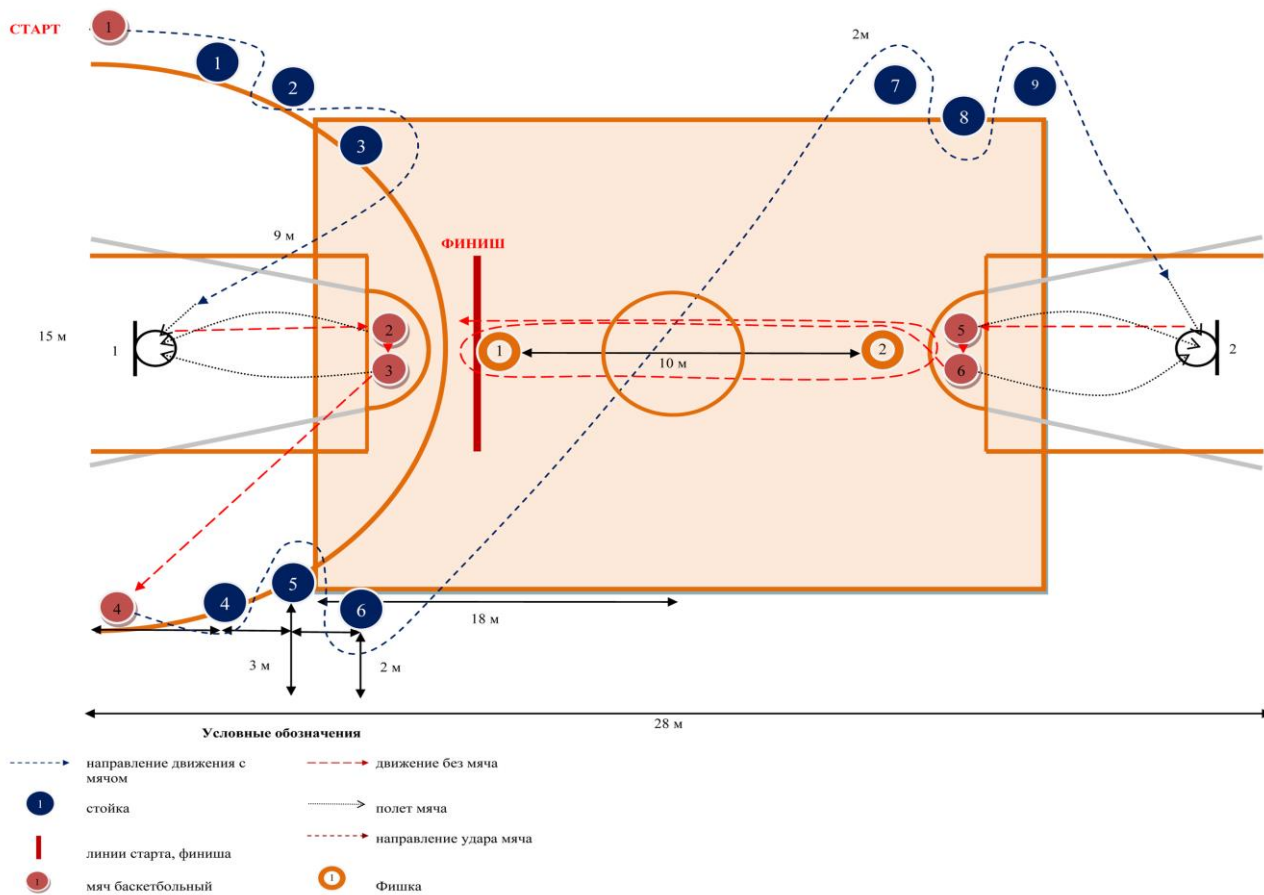
Участник находится за лицевой линией на линии старта лицом к стойке №1 без мяча. По сигналу судьи участник берет мяч №1 и ведет мяч к стойке №1, обводит ее с левой стороны дальней рукой от стойки, затем двигается к стойке №2, обводит ее с правой стороны дальней рукой от стойки, после этого обводит стойку №3 с левой стороны дальней рукой от стойки. Оббежав стойку №3, участник двигается к первому щиту и с правой стороны выполняет бросок в кольцо правой рукой, используя двушажную технику. Выполнив бросок мяча №1, участник двигается к мячам №2 и №3 и выполняет поочередно два штрафных броска.

Выполнив штрафные броски, участник двигается к мячу №4, берет мяч и выполняет ведение к стойке №4, обводит ее с правой стороны дальней рукой от стойки, стойку №5 обводит с левой стороны дальней рукой от стойки, стойку №6 обводит с правой стороны дальней рукой от стойки. Далее, участник кратчайшим путем выполняет ведение мяча к стойке №7 и обводит ее с левой стороны, стойку №8 обводит с правой стороны дальней рукой от стойки, стойку №9 обводит с левой стороны левой рукой, ведет мяч ко второму щиту левой рукой и выполняет бросок мяча в кольцо любой (правой/левой) рукой, используя двушажную технику.

После броска участник направляется к мячам №5 и №6 и выполняет поочередно два штрафных броска. Выполнив штрафной бросок мячом №6 участник, оббегая фишку №1 с правой стороны выполняет челночный бег 3x10 м оббегая фишки №2 и №1 и финиширует

пересекая линию, расположенную за фишкой №1.

Время, затраченное участником на выполнение упражнения, определяется с точностью до 0,01 с.



8. Оценка испытания

8.1 Общая оценка испытания складывается из времени выполнения упражнения с учетом штрафного времени.

Штрафное время:

Баскетбол:

- невыполнение задания (+90 с);
- непопадание мяча в кольцо (+ 5 с);
- выполнение броска в кольцо неуказанным способом (двушажная техника) (+ 5 с);
- обводка фишки не с той стороны, перешагивание через фишку, нахождение мяча с одной стороны фишки, а участника с другой (+ 5 с);
- нарушение правил в технике ведения мяча (пробежка, пронос мяча, двойное ведение, неправильная смена рук, касание фишек-ориентиров) (+ 2 с);
- попадание в кольцо с нарушением (пробежка, пронос мяча, двойное ведение) – не считать, (+2+5 с);
- выполнение ведения не той рукой (оговаривается правилами выполнения конкурсными испытания) + 5 с.

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ

по предмету «Физическая культура»

КРАСНОЯРСКИЙ КРАЙ 2021-2022 г.

МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП

Девушки 7-8 класс

ПРАКТИЧЕСКИЕ ИСПЫТАНИЯ

ГИМНАСТИКА

Программа испытаний

Испытания девушек проводятся в виде выполнения акробатического упражнения, которое имеет строго обязательный характер.

В случае изменения установленной последовательности элементов упражнение не оценивается, и участник получает 0,0 баллов. Упражнение должно иметь четко выраженное начало и окончание, выполняться слитно, без неоправданных пауз с фиксацией статических элементов не менее 2 секунд (не касается упражнений, где указано время фиксации положения).

Судьи оценивают качество выполнения упражнения в сравнении с идеально возможным вариантом исполнения.

Для выполнения упражнения участникам предоставляется только одна попытка.

№ п/п	Упражнение	Стоимость (в баллах)
	И.П. – основная стойка.	
1.	Шагом левой (правой) переднее равновесие «ласточка», руки в стороны, (<i>держать</i>), шагом вперёд кувырок вперед в упор присев скрестно и поворот кругом в упоре присев.	1.0+0.5
2.	Перекат назад в стойку на лопатках без помощи рук, (<i>держать</i>), перекат вперед согнувшись в сед с наклоном вперед, руки вверх, (<i>держать</i>).	1.0+0.5
3.	Кувырок назад – кувырок назад в упор присев- лечь на спину руки вверх; Из положения лёжа на спине – мост (<i>держать</i>) – поворот кругом в упор присев.	0.5+0.5 +1.0
4.	Кувырок вперед в сед в группировке – сед углом, руки в стороны, (<i>держать</i>) – поворот кругом в упор лежа на согнутых руках – выпрямляя руки, упор лежа и толчком ног упор стоя согнувшись, выпрямиться в стойку, руки вверх.	1.0+ 0.5
5.	Махом одной, толчком другой два переворота в сторону («колеса») слитно в стойку ноги врозь – приставляя ногу, поворот в сторону движения.	1.0+1.0
6.	Длинный кувырок вперед - прыжок вверх с поворотом на 360°.	0.5+1.0
	ВСЕГО	10

РЕГЛАМЕНТ КОНКУРСНОГО ИСПЫТАНИЯ ПО ГИМНАСТИКЕ

1. Участники

1.1. Девушки могут быть одеты в гимнастические купальники (закрытые) или футболки с короткими брюками («лосинами»). Раздельные купальники запрещены.

1.2. Прическа участника испытания должна быть аккуратно собрана (заплетена), не препятствующая его обзору.

1.3. Упражнение может выполняться в носках, гимнастических тапочках («чешках») или босиком.

1.4. Использование украшений и часов не допускается.

1.5. Нарушение требований к спортивной форме наказывается сбавкой **0,5** балла с итоговой оценки участника.

2. Порядок выступлений

2.1. Для проведения испытаний участники распределяются по сменам в соответствии с личным стартовым номером.

2.2. Перед началом испытаний при формировании каждой смены участники должны предъявить судье при участниках паспорт и код (шифр) участника Олимпиады.

2.3. В каждой смене участники выполняют акробатическое упражнение в порядке, определяемом стартовым протоколом.

2.4. После вызова у участника есть 15 секунд, чтобы начать выступление. Упражнение, выполненное без вызова, не оценивается.

2.5. Участники должны в порядке, предусмотренном программой испытаний, выполнить акробатическое упражнение полностью или частично.

2.6. Если участник при выполнении упражнения допустил неоправданную, явно выраженную паузу более 5 секунд, то упражнение прекращается и оценивается только его выполненная часть.

2.7. Упражнение должно иметь четко выраженное начало и окончание. При нарушении данного требования производится сбавка 0,5 балла.

2.8. Оценка действий участника начинается с момента принятия исходного положения на акробатической дорожке и заканчивается фиксацией основной стойки после окончания упражнения. Сигналом готовности к началу выступления служит поднятая вверх рука.

2.9. Оказанная при выполнении упражнения вербальная помощь представителем участника наказывается сбавкой 1,0 балл.

2.10. Все участники одной смены должны находиться в специально отведенном для них месте. Их поведение не должно мешать другим участникам.

2.11. За нарушения, указанные в п.п. 2.10. Председатель судейского жюри имеет право наказать участника снижением оценки на 0,5 балла, а в случае повторного нарушения – отстранить от участия в испытаниях.

3. Повторное выступление

3.1. Выступление участника не может быть начато повторно, за исключением случаев, вызванных непредвиденными обстоятельствами, к которым относятся: поломка гимнастического оборудования, произошедшая в процессе выступления; неполадки в работе общего оборудования – освещение, задымление помещения и т.п.; появление на акробатической дорожке (ковре) или в непосредственной близости от него посторонних объектов, создающих травмоопасную ситуацию.

3.2. При возникновении указанных выше ситуаций участник должен немедленно прекратить выступление. Если выступление будет завершено, оно будет оценено.

3.3. Только Председатель жюри имеет право разрешить повторное выполнение упражнения. В этом случае участник выполняет своё упражнение сначала после выступления всех участников своей смены.

3.4. Если выступление прервано по вине участника, повторное выполнение упражнения не разрешается.

4. Разминка

4.1. Перед началом выступлений участникам предоставляется разминка в течение 5 – 7 минут для всех участников смены.

5. Судьи

5.1. Для руководства испытаниям назначается судейское жюри.

5.2. Жюри состоит из Председателя судейского жюри и двух судейских бригад: бригады «А», оценивающей трудность упражнения, и бригады «В», оценивающей исполнение упражнения.

5.3. Каждую бригаду возглавляет судья (арбитр).

5.4. Судейской бригаде запрещается вслух комментировать выступление участника и объявлять ошибки, допущенные во время выступления.

5.5. В случае нарушения пункта 5.4. участник может подать протест на действия судейского корпуса и получить право на повторное выполнение задания.

6. Оценка трудности

6.1. Общая стоимость всех выполненных элементов и соединений составляет максимально возможную базовую оценку за трудность упражнения, равную **10 баллов**, к ней добавляется оценка за технику исполнения с учетом вычета ошибок (сбавок).

6.1.1 Максимально возможная оценка, полученная за выполнение акробатического упражнения может быть равна 20 баллам (10+10).

6.2. В случае изменения установленной последовательности выполнения упражнения комбинация не оценивается, участник получает 0 баллов.

6.3. Если участник не сумел выполнить элемент комбинации, его стоимость вычитается из базовой оценки акробатического соединения.

6.4. Акробатические элементы засчитываются участнику, если они выполнены без ошибок, приводящих к сильному, до неузнаваемости их искажению.

6.5. Время выполнения упражнения не должно превышать 1 минуты 10 секунд.

6.6. Если участник вышел за пределы временных ограничений, то оценивается только та часть, которая попала в отведенные временные рамки.

7. Оценка исполнения

7.1. Все исполняемые участниками элементы должны выполняться технически правильно, в соответствии с требованиями гимнастического стиля.

7.2. Судьи оценивают качество выполнения упражнения в сравнении с идеально возможным вариантом, учитывая требования к технике исполнения отдельных элементов.

7.3. Ошибки исполнения могут быть: мелкими – 0,1 балла, средними – 0,2-0,3 балла, грубыми – 0,4-0,5 балла. Падение и выход за пределы акробатической дорожки наказываются сбавкой – 1 балл.

7.4. К основным ошибкам, которые наказываются сбавкой, равной стоимости акробатического элемента, относятся:

- нарушение техники исполнения элемента или соединения, приводящее к сильному до неузнаваемости искажению;

- фиксация статического элемента менее 2 секунд;

- потеря равновесия, приводящая к падению;

- при выполнении прыжков – приземление не на стопы.

8. Окончательная оценка

8.1. Окончательная оценка участника выводится путём сложения базовой стоимости упражнения и технической оценки выполнения упражнения с учетом вычитания технических и дисциплинарных сбавок.

8.2. Окончательная оценка максимально может быть равной 20 баллов.

9. Оборудование

9.1. Акробатическое упражнение выполняется на дорожке или гимнастическом настиле толщиной не менее 3 см, размером не менее 12 метров в длину и 1,5 метра в ширину.

9.2. Вокруг акробатической дорожки имеется зона безопасности шириной не менее 1,0 метра, полностью свободная от посторонних предметов.

ИСПЫТАНИЕ ПО СПОРТИВНЫМ ИГРАМ (баскетбол)

Испытания для девушек проводятся в виде последовательного выполнения заданий из раздела спортивных игр, входящих в программу основной и средней общеобразовательной школы по физической культуре.

Комбинация считается выполненной, если участник выполнил все задания в установленном порядке. Для выполнения упражнения участникам предоставляется только одна попытка.

Если участник изменил последовательность выполнения комбинации; не сумел выполнить какой-либо элемент, включённый в комбинацию; не сумел выполнить комбинацию до конца, то к его времени прибавляется определённое количество штрафных секунд в соответствии с системой штрафа.

Регламент испытания

1. Участники.

1.1 Девушки должны быть одеты строго в спортивную форму, футболка с коротким рукавом или без рукава заправлена в шорты, спортивная обувь, предназначенная для занятий физической культурой и спортом в зальных помещениях.

1.1.1. Прически участников должны быть аккуратно собраны (заплетены) в хвостики косички или шишки.

1.2. В соответствии с инструкциями по охране труда запрещается выполнение задания в часах и украшениях, босиком, в джинсах, штанах, кофтах и т.д. В случае невыполнения требований участник не допускается к выполнению задания.

2. Порядок выступлений

2.1. Для проведения испытаний участники распределяются по сменам в соответствии с личным стартовым номером.

2.2. Перед началом испытаний при формировании каждой смены участники должны предъявить судье при участниках паспорт и личный код (шифр).

2.3. В каждой смене участники выполняют комбинацию в порядке, определяемом стартовым протоколом.

2.4. После вызова у участника есть 15 секунд, чтобы начать выступление. Упражнение, выполненное без вызова, не оценивается.

2.5. Участники должны в порядке, предусмотренном программой испытаний, выполнить комбинацию полностью.

2.6. Оценка действий участника начинается с момента принятия исходного положения на линии старта и заканчивается после выполнения последнего задания. Сигналом готовности к началу выступления служит поднятая вверх рука.

2.7. Все участники одной смены должны находиться в специально отведенном для них месте. Их поведение не должно мешать другим участникам.

2.8. За нарушения, указанные в п.п. 2.7. председатель судейского жюри имеет право наказывать участника штрафными секундами, а в случае повторного нарушения – отстранить от участия в испытаниях.

2.9. Оказанная при выполнении упражнения вербальная помощь представителем участника наказывается штрафными секундами в соответствии с системой штрафа.

3. Повторное выступление

3.1. Выступление участника не может быть начато повторно, за исключением случаев, вызванных непредвиденными обстоятельствами, к которым относятся: выход из строя инвентаря, поломка оборудования, произошедшая в процессе выступления; неполадки в работе общего оборудования – освещение, задымление помещения и т.п.; появление в зале посторонних объектов, создающих травмоопасную ситуацию.

3.2. При возникновении указанных выше ситуаций участник должен немедленно прекратить выступление и проинформировать жюри о причинах остановки. Если выступление будет завершено, оно будет оценено.

3.3. Только Председатель жюри имеет право разрешить повторное выполнение упражнения. В этом случае участник выполняет своё упражнение сначала, после выступления всех участников своей смены.

3.4. Если выступление прервано по вине участника, повторное выполнение упражнения не разрешается.

4. Разминка

4.1. Перед началом выступлений участникам предоставляется разминка в течение 5 минут для всех участников смены.

5. Судьи

5.1. Для руководства испытаниям назначается судейское жюри.

5.2. Жюри состоит из Председателя судейского жюри, секретаря, секундометриста.

5.3. Судейской бригаде запрещается вслух комментировать выступление участника и объявлять ошибки, допущенные во время выступления.

5.4. В случае нарушения пункта 5.3. участник может подать протест на действия судейского корпуса и получить право на повторное выполнение задания.

6. Оценка выполнения комбинации

6.1. После выполнения задания к итоговому времени судейская бригада прибавляет штрафные секунды, после чего итоговый результат заносится в протокол.

7. Оборудование.

7.1. Комплексное испытание по спортивным играм выполняется в спортивном зале, который должен быть полностью свободен от гимнастического оборудования, посторонних предметов и иметь размеры не менее чем 15 x 28 м. На всё оборудование, используемое участниками олимпиады должны быть акты разрешения. Достаточное количество баскетбольных мячей №7, баскетбольных корзин футбольных мячей №4, ворот для игры в мини-футбол, клюшек, ворот и мячей для флорбола. Освещение в спортивном зале должно соответствовать нормам СП 52.13330.2016 и равное 200 лк.

Программа испытаний

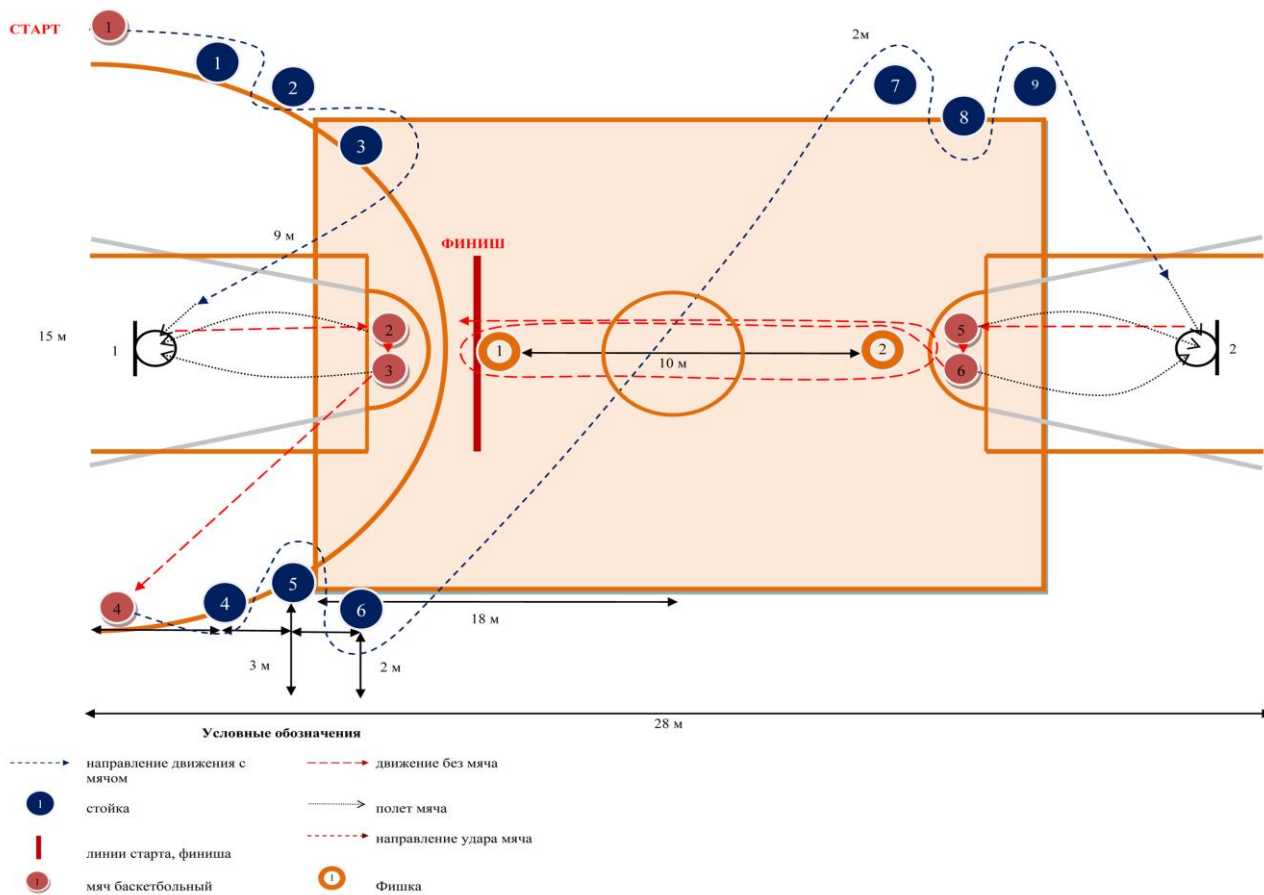
Участник находится за лицевой линией на линии старта лицом к стойке №1 без мяча. По сигналу судьи участник берет мяч №1 и ведет мяч к стойке №1, обводит ее с левой стороны дальней рукой от стойки, затем двигается к стойке №2, обводит ее с правой стороны дальней рукой от стойки, после этого обводит стойку №3 с левой стороны дальней рукой от стойки. Оббежав стойку №3, участник двигается к первому щиту и с правой стороны выполняет бросок в кольцо правой рукой, используя двушажную технику. Выполнив бросок мяча №1, участник двигается к мячам №2 и №3 и выполняет поочередно два штрафных броска.

Выполнив штрафные броски, участник двигается к мячу №4, берет мяч и выполняет ведение к стойке №4, обводит ее с правой стороны дальней рукой от стойки, стойку №5 обводит с левой стороны дальней рукой от стойки, стойку №6 обводит с правой стороны дальней рукой от стойки. Далее, участник кратчайшим путем выполняет ведение мяча к стойке №7 и обводит ее с левой стороны, стойку №8 обводит с правой стороны дальней рукой от стойки, стойку №9 обводит с левой стороны левой рукой, ведет мяч ко второму щиту левой рукой и выполняет бросок мяча в кольцо любой (правой/левой) рукой, используя двушажную технику.

После броска участник направляется к мячам №5 и №6 и выполняет поочередно два штрафных броска. Выполнив штрафной бросок мячом №6 участник, оббегая фишку №1 с правой стороны выполняет челночный бег 3x10 м оббегая фишки №2 и №1 и финиширует

пересекая линию, расположенную за фишкой №1.

Время, затраченное участником на выполнение упражнения, определяется с точностью до 0,01 с.



8.Оценка испытания

8.1 Общая оценка испытания складывается из времени выполнения упражнения с учетом штрафного времени.

Штрафное время:

Баскетбол:

- невыполнение задания (+90 с);
- непопадание мяча в кольцо (+ 5 с);
- выполнение броска в кольцо неуказанным способом (двушажная техника) (+ 5 с);
- обводка фишки не с той стороны, перешагивание через фишку, нахождение мяча с одной стороны фишки, а участника с другой (+ 5 с);
- нарушение правил в технике ведения мяча (пробежка, пронос мяча, двойное ведение, неправильная смена рук, касание фишек-ориентиров) (+ 2 с);
- попадание в кольцо с нарушением (пробежка, пронос мяча, двойное ведение) – не считать, (+2+5 с);
- выполнение ведения не той рукой (оговаривается правилами выполнения конкурсными испытания) + 5 с.

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ

по предмету «Физическая культура»

КРАСНОЯРСКИЙ КРАЙ 2021-2022 г.

МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП

Юноши 9-11 класс

ПРАКТИЧЕСКИЕ ИСПЫТАНИЯ

ГИМНАСТИКА

Программа испытаний

Испытания юношей проводятся в виде выполнения акробатического упражнения, которое имеет строго обязательный характер.

В случае изменения установленной последовательности элементов упражнение не оценивается, и участник получает 0,0 баллов. Упражнение должно иметь четко выраженное начало и окончание, выполняться слитно, без неоправданных пауз с фиксацией статических элементов не менее 2 секунд (не касается упражнений, где указано время фиксации положения).

Судьи оценивают качество выполнения упражнения в сравнении с идеально возможным вариантом исполнения.

Для выполнения упражнения участникам предоставляется только одна попытка.

№ п/п	Упражнение	Стоимость (в баллах)
	И.П. – «старт пловца»	
1.	Кувырок вперед согнувшись в стойку ноги вместе.	1.5
2.	Фронтальное равновесие с захватом за бедро (пятка поднятой ноги не ниже 90°), (<i>держат</i>).	1.5
3.	Приставляя ногу встать в о.с. руки вверх, кувырок вперед прыжком-прыжок вверх с поворотом на 360°.	1.0+1.0
4.	Выпад вперед правой (левой) и встать с поворотом плечом назад на 180° в о.с.	0.5
5.	Упор присев, кувырок назад - кувырок назад согнувшись выпрямляясь в о.с. руки в стороны.	0.5+1.0
6.	Шагом левой (правой) прыжок со сменой прямых ног «ножницы».	0.5
7.	Шагом одной, махом другой переворот в сторону и переворот в сторону с поворотом на 90° («фондат») – прыжок вверх и приземление «доскок» - выпрямление в о.с.	1.0+1.5
	ВСЕГО	10

РЕГЛАМЕНТ КОНКУРСНОГО ИСПЫТАНИЯ ПО ГИМНАСТИКЕ

1. Участники

1.1. Юноши могут быть одеты в гимнастические майки **белого цвета**, ширина лямок которых не должна превышать 5 см, трико или спортивные шорты, не закрывающие колен.

1.2. Прическа участника испытания должна быть аккуратно собрана (заплетена), не препятствующая его обзору.

1.3. Упражнение может выполняться в носках, гимнастических тапочках («чешках») или босиком.

1.4. Использование украшений и часов не допускается.

1.5. Нарушение требований к спортивной форме наказывается сбавкой **0,5** балла с итоговой оценки участника.

2. Порядок выступлений

2.1. Для проведения испытаний участники распределяются по сменам в соответствии с личным стартовым номером.

2.2. Перед началом испытаний при формировании каждой смены участники должны предъявить судье при участниках паспорт и код (шифр) участника Олимпиады.

2.3. В каждой смене участники выполняют акробатическое упражнение в порядке, определяемом стартовым протоколом.

2.4. После вызова у участника есть 15 секунд, чтобы начать выступление. Упражнение, выполненное без вызова, не оценивается.

2.5. Участники должны в порядке, предусмотренном программой испытаний, выполнить акробатическое упражнение полностью или частично.

2.6. Если участник при выполнении упражнения допустил неоправданную, явно выраженную паузу более 5 секунд, то упражнение прекращается и оценивается только его выполненная часть.

2.7. Упражнение должно иметь четко выраженное начало и окончание. При нарушении данного требования производится сбавка 0,5 балла.

2.8. Оценка действий участника начинается с момента принятия исходного положения на акробатической дорожке и заканчивается фиксацией основной стойки после окончания упражнения. Сигналом готовности к началу выступления служит поднятая вверх рука.

2.9. Оказанная при выполнении упражнения вербальная помощь представителем участника наказывается сбавкой 1,0 балл.

2.10. Все участники одной смены должны находиться в специально отведенном для них месте. Их поведение не должно мешать другим участникам.

2.11. За нарушения, указанные в п.п. 2.10. Председатель судейского жюри имеет право наказать участника снижением оценки на 0,5 балла, а в случае повторного нарушения – отстранить от участия в испытаниях.

3. Повторное выступление

3.1. Выступление участника не может быть начато повторно, за исключением случаев, вызванных непредвиденными обстоятельствами, к которым относятся: поломка гимнастического оборудования, произошедшая в процессе выступления; неполадки в работе общего оборудования – освещение, задымление помещения и т.п.; появление на акробатической дорожке (ковре) или в непосредственной близости от него посторонних объектов, создающих травмоопасную ситуацию.

3.2. При возникновении указанных выше ситуаций участник должен немедленно прекратить выступление. Если выступление будет завершено, оно будет оценено.

3.3. Только Председатель жюри имеет право разрешить повторное выполнение упражнения. В этом случае участник выполняет своё упражнение сначала после выступления всех участников своей смены.

3.4. Если выступление прервано по вине участника, повторное выполнение упражнения не разрешается.

4. Разминка

4.1. Перед началом выступлений участникам предоставляется разминка в течение 5 – 7 минут для всех участников смены.

5. Судьи

5.1. Для руководства испытаниям назначается судейское жюри.

5.2. Жюри состоит из Председателя судейского жюри и двух судейских бригад: бригады «А», оценивающей трудность упражнения, и бригады «В», оценивающей исполнение упражнения.

5.3. Каждую бригаду возглавляет судья (арбитр).

5.4. Судейской бригаде запрещается вслух комментировать выступление участника и объявлять ошибки, допущенные во время выступления.

5.5. В случае нарушения пункта 5.4. участник может подать протест на действия судейского корпуса и получить право на повторное выполнение задания.

6. Оценка трудности

6.1. Общая стоимость всех выполненных элементов и соединений составляет максимально возможную базовую оценку за трудность упражнения, равную **10 баллов**, к ней добавляется оценка за технику исполнения с учетом вычета ошибок (сбавок).

6.1.1 Максимально возможная оценка, полученная за выполнение акробатического упражнения может быть равна 20 баллам (10+10).

6.2. В случае изменения установленной последовательности выполнения упражнения комбинация не оценивается, участник получает 0 баллов.

6.3. Если участник не сумел выполнить элемент комбинации, его стоимость вычитается из базовой оценки акробатического соединения.

6.4. Акробатические элементы засчитываются участнику, если они выполнены без ошибок, приводящих к сильному, до неузнаваемости их искажению.

6.5. Время выполнения упражнения не должно превышать 1 минуты 10 секунд.

6.6. Если участник вышел за пределы временных ограничений, то оценивается только та часть, которая попала в отведенные временные рамки.

7. Оценка исполнения

7.1. Все исполняемые участниками элементы должны выполняться технически правильно, в соответствии с требованиями гимнастического стиля.

7.2. Судьи оценивают качество выполнения упражнения в сравнении с идеально возможным вариантом, учитывая требования к технике исполнения отдельных элементов.

7.3. Ошибки исполнения могут быть: мелкими – 0,1 балла, средними – 0,2-0,3 балла, грубыми – 0,4-0,5 балла. Падение и выход за пределы акробатической дорожки наказываются сбавкой – 1 балл.

7.4. К основным ошибкам, которые наказываются сбавкой, равной стоимости акробатического элемента, относятся:

- нарушение техники исполнения элемента или соединения, приводящее к сильному до неузнаваемости искажению;

- фиксация статического элемента менее 2 секунд;

- потеря равновесия, приводящая к падению;

- при выполнении прыжков – приземление не на стопы.

8. Окончательная оценка

8.1. Окончательная оценка участника выводится путём сложения базовой стоимости упражнения и технической оценки выполнения упражнения с учетом вычитания технических и дисциплинарных сбавок.

8.2. Окончательная оценка максимально может быть равной 20 баллов.

9. Оборудование

9.1. Акробатическое упражнение выполняется на дорожке или гимнастическом настиле толщиной не менее 3 см, размером не менее 12 метров в длину и 1,5 метра в ширину.

9.2. Вокруг акробатической дорожки имеется зона безопасности шириной не менее 1,0 метра, полностью свободная от посторонних предметов.

КОМПЛЕКСНОЕ ИСПЫТАНИЕ ПО СПОРТИВНЫМ ИГРАМ (баскетбол, футбол, флорбол)

Испытания для юношей проводятся в виде последовательного выполнения заданий из раздела спортивных игр, входящих в программу основной и средней общеобразовательной школы по физической культуре.

Комбинация считается выполненной, если участник выполнил все задания в установленном порядке. Для выполнения упражнения участникам предоставляется только одна попытка.

Если участник изменил последовательность выполнения комбинации; не сумел выполнить какой-либо элемент, включённый в комбинацию; не сумел выполнить комбинацию до конца, то к его времени прибавляется определённое количество штрафных секунд в соответствии с системой штрафа.

Регламент испытания

1. Участники.

1.1 Юноши должны быть одеты строго в спортивную форму, футболка с коротким рукавом или без рукава заправлена в шорты, спортивная обувь, предназначенная для занятий физической культурой и спортом в зальных помещениях.

1.1.1. Прически участников должны быть аккуратно собраны (заплетены) в хвостики.

1.2. В соответствии с инструкциями по охране труда запрещается выполнение задания в часах и украшениях, босиком, в джинсах, штанах, кофтах и т.д. В случае невыполнения требований участник не допускается к выполнению задания.

2. Порядок выступлений

2.1. Для проведения испытаний участники распределяются по сменам в соответствии с личным стартовым номером.

2.2. Перед началом испытаний при формировании каждой смены участники должны предъявить судье при участниках паспорт и личный код (шифр).

2.3. В каждой смене участники выполняют комбинацию в порядке, определяемом стартовым протоколом.

2.4. После вызова у участника есть 15 секунд, чтобы начать выступление. Упражнение, выполненное без вызова, не оценивается.

2.5. Участники должны в порядке, предусмотренном программой испытаний, выполнить комбинацию полностью.

2.6. Оценка действий участника начинается с момента принятия исходного положения на линии старта и заканчивается после выполнения последнего задания. Сигналом готовности к началу выступления служит поднятая вверх рука.

2.7. Все участники одной смены должны находиться в специально отведенном для них месте. Их поведение не должно мешать другим участникам.

2.8. За нарушения, указанные в п.п. 2.7. председатель судейского жюри имеет право наказать участника штрафными секундами, а в случае повторного нарушения – отстранить от участия в испытаниях.

2.9. Оказанная при выполнении упражнения вербальная помощь представителем участника наказывается штрафными секундами в соответствии с системой штрафа.

3. Повторное выступление

3.1. Выступление участника не может быть начато повторно, за исключением случаев, вызванных непредвиденными обстоятельствами, к которым относятся: выход из строя инвентаря, поломка оборудования, произошедшая в процессе выступления; неполадки в работе общего оборудования – освещение, задымление помещения и т.п.; появление в зале посторонних объектов, создающих травмоопасную ситуацию.

3.2. При возникновении указанных выше ситуаций участник должен немедленно прекратить выступление и проинформировать жюри о причинах остановки. Если выступление будет завершено, оно будет оценено.

3.3. Только Председатель жюри имеет право разрешить повторное выполнение упражнения. В этом случае участник выполняет своё упражнение сначала, после выступления всех участников своей смены.

3.4. Если выступление прервано по вине участника, повторное выполнение упражнения не разрешается.

4. Разминка

4.1. Перед началом выступлений участникам предоставляется разминка в течение 5 минут для всех участников смены.

5. Судьи

5.1. Для руководства испытаниям назначается судейское жюри.

5.2. Жюри состоит из Председателя судейского жюри, секретаря, секундометриста.

5.3. Судейской бригаде запрещается вслух комментировать выступление участника и объявлять ошибки, допущенные во время выступления.

5.4. В случае нарушения пункта 5.3. участник может подать протест на действия судейского корпуса и получить право на повторное выполнение задания.

6. Оценка выполнения комбинации

6.1. После выполнения задания к итоговому времени судейская бригада прибавляет штрафные секунды, после чего итоговый результат заносится в протокол.

7. Оборудование.

7.1. Комплексное испытание по спортивным играм выполняется в спортивном зале, который должен быть полностью свободен от гимнастического оборудования, посторонних предметов и иметь размеры не менее чем 15 x 28 м. На всё оборудование, используемое участниками олимпиады должны быть акты разрешения. Достаточное количество баскетбольных мячей №7, баскетбольных корзин футбольных мячей №4, ворот для игры в мини-футбол, клюшек, ворот и мячей для флорбола. Освещение в спортивном зале должно соответствовать нормам СП 52.13330.2016 и равно 200 лк.

Программа испытаний

Участник находится за лицевой линией баскетбольной площадки на линии старта лицом к фишке №1 с клюшкой и мячом для игры во флорбол. По сигналу судьи участник двигается с мячом к фишке №1, обводит ее с левой стороны, затем двигается к фишке №2 и обводит ее с правой стороны, после этого обводит фишку №3 с левой стороны и фишку №4 с правой стороны. Обведя фишку №4, участник выполняет бросок мяча по воротам из зоны для броска размером 2 x 2 м.

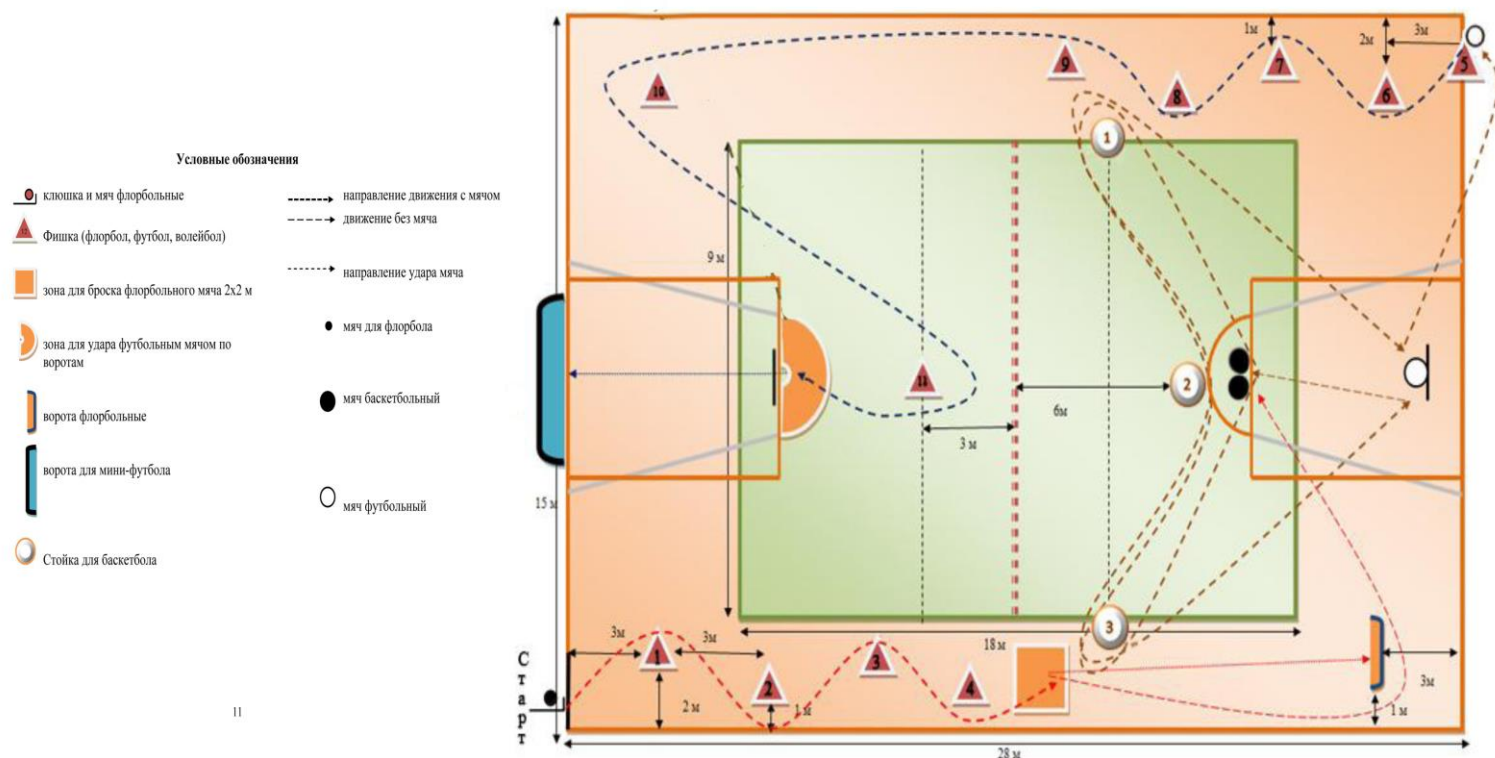
Выполнив бросок по воротам, участник оставляет клюшку, оббегает ворота для флорбола с правой стороны и двигается к баскетбольным мячам, берет любой мяч и выполняет ведение к фишке №5, обводит ее с правой стороны дальней рукой от фишки, фишку №6 обводит с левой стороны дальней рукой от фишки, фишку № 7 – с правой стороны, дальней рукой от фишки. Далее участник ведет мяч к щиту и выполняет бросок мяча в кольцо правой рукой, используя двушажную технику.

Выполнив бросок по кольцу, участник берет второй мяч и выполняет ведение к фишке №7, обводит ее с левой стороны дальней рукой от фишки, фишку №6 обводит с правой стороны дальней рукой от фишки, фишку № 5 – с левой стороны, дальней рукой от фишки. Далее участник ведет мяч левой рукой к щиту и выполняет бросок мяча в кольцо левой рукой, используя двушажную технику.

Выполнив бросок, участник двигается к футбольному мячу, находящемуся за лицевой линией баскетбольной площадки рядом с фишкой №8, оббегая ее с правой стороны. Далее, участник выполняет ведение мяча к фишке №9 и обводит ее с левой стороны, фишку №10 обводит с правой стороны, фишку

№11 – с левой стороны, фишку №12 – с правой стороны, двигается к фишке №13 и обводит ее с правой стороны. Ведет мяч к фишке №14, обводит ее с левой стороны и двигается в зону штрафного броска баскетбольной площадки, из которой выполняет удар верхом левой (правой) ногой по воротам.

Программа выступления считается законченной в момент пересечения футбольным мячом линии футбольных ворот или промаха после удара.



8. Оценка испытания

8.1 Общая оценка испытания складывается из времени выполнения упражнения с учетом штрафного времени.

Штрафное время:

Флорбол:

- непопадание в ворота (+10 с);
 - невыполнение удара по воротам (+15 с);
 - удар по воротам с нарушением указанной зоны (+ 5 с);
 - необбегание ворот (+10 с).
- обводка фишки не с той стороны, перешагивание через фишку, нахождение мяча с одной стороны фишки, а участника с другой (+ 2 с);

Баскетбол:

- невыполнение задания (+90 с);
- непопадание мяча в кольцо (+ 5 с);
- выполнение броска в кольцо неуказанным способом (двуручная техника) (+ 5 с);
- обводка фишки не с той стороны, перешагивание через фишку, нахождение мяча с одной стороны фишки, а участника с другой (+ 5 с);

- нарушение правил в технике ведения мяча (пробежка, пронос мяча, двойное ведение, неправильная смена рук, касание фишек-ориентиров) (+ 2 с);

- попадание в кольцо с нарушением (пробежка, пронос мяча, двойное ведение) – не считать, (+2+5 с);

- выполнение ведения не той рукой (оговаривается правилами выполнения конкурсными испытания) + 5 с.

Футбол:

- невыполнение задания (+60 с);

- непопадание мяча в ворота (+10 с);

- попадание катящегося мяча в ворота – не считать (+10 с);

- удар мяча по воротам с нарушением указанной зоны (+ 5 с);

- обводка фишки не с той стороны, перешагивание через фишку, нахождение мяча с одной стороны фишки, а участника с другой (+ 2 с).

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ

по предмету «Физическая культура»

КРАСНОЯРСКИЙ КРАЙ 2021-2022 г.

МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП

Девушки 9-11 класс

ПРАКТИЧЕСКИЕ ИСПЫТАНИЯ

ГИМНАСТИКА

Программа испытаний

Испытания девушек проводятся в виде выполнения акробатического упражнения, которое имеет строго обязательный характер.

В случае изменения установленной последовательности элементов упражнение не оценивается, и участник получает 0,0 баллов. Упражнение должно иметь четко выраженное начало и окончание, выполняться слитно, без неоправданных пауз с фиксацией статических элементов не менее 2 секунд (не касается упражнений, где указано время фиксации положения).

Судьи оценивают качество выполнения упражнения в сравнении с идеально возможным вариантом исполнения.

Для выполнения упражнения участникам предоставляется только одна попытка.

№ п/п	Упражнение	Стоимость (в баллах)
	И.П. – «старт пловца».	
1.	Кувырок вперед согнувшись в стойку ноги врозь с наклоном прогнувшись, руки в стороны.	1.0
2.	Кувырок вперед в стойку на лопатках без помощи рук, (<i>держать</i>) - перекат вперед в сед согнув ноги.	1.0 +0.5
3.	Сед углом, руки в стороны, (<i>держать</i>) - сед с наклоном вперед, руки вверх, (<i>обозначить</i>).	1.0
4.	Кувырок назад – кувырок назад в упор стоя согнувшись, выпрямиться.	0.5+1.0
5.	Шагом вперед переднее равновесие («ласточка»), (<i>держать</i>).	0.5
6.	Приставляя ногу шаг левой (правой) – прыжок со сменой согнутых ног «козлик» в О.С – руки в стороны.	0.5
7.	Шаг вперед и прыжок со сменой прямых ног «ножницы», приставляя ногу поворот спиной по направлению движения в о.с.	1.0
8.	Оставляя правую (левую) в стойку ноги врозь, руки вверх - наклоном назад мост, держать – поворот направо (налево) кругом в упор присев.	1.5
9.	Кувырок вперед – кувырок вперед прыжком.	0.5+1.0
	ВСЕГО	10

РЕГЛАМЕНТ КОНКУРСНОГО ИСПЫТАНИЯ ПО ГИМНАСТИКЕ

1. Участники

1.1. Девушки могут быть одеты в гимнастические купальники (закрытые) или футболки с короткими брюками («лосинами»). Раздельные купальники запрещены.

1.2. Прическа участника испытания должна быть аккуратно собрана (заплетена), не препятствующая его обзору.

1.3. Упражнение может выполняться в носках, гимнастических тапочках («чешках») или босиком.

1.4. Использование украшений и часов не допускается.

1.5. Нарушение требований к спортивной форме наказывается сбавкой **0,5** балла с итоговой оценки участника.

2. Порядок выступлений

2.1. Для проведения испытаний участники распределяются по сменам в соответствии с личным стартовым номером.

2.2. Перед началом испытаний при формировании каждой смены участники должны предъявить судье при участниках паспорт и код (шифр) участника Олимпиады.

2.3. В каждой смене участники выполняют акробатическое упражнение в порядке, определяемом стартовым протоколом.

2.4. После вызова у участника есть 15 секунд, чтобы начать выступление. Упражнение, выполненное без вызова, не оценивается.

2.5. Участники должны в порядке, предусмотренном программой испытаний, выполнить акробатическое упражнение полностью или частично.

2.6. Если участник при выполнении упражнения допустил неоправданную, явно выраженную паузу более 5 секунд, то упражнение прекращается и оценивается только его выполненная часть.

2.7. Упражнение должно иметь четко выраженное начало и окончание. При нарушении данного требования производится сбавка 0,5 балла.

2.8. Оценка действий участника начинается с момента принятия исходного положения на акробатической дорожке и заканчивается фиксацией основной стойки после окончания упражнения. Сигналом готовности к началу выступления служит поднятая вверх рука.

2.9. Оказанная при выполнении упражнения вербальная помощь представителем участника наказывается сбавкой 1,0 балл.

2.10. Все участники одной смены должны находиться в специально отведенном для них месте. Их поведение не должно мешать другим участникам.

2.11. За нарушения, указанные в п.п. 2.10. Председатель судейского жюри имеет право наказать участника снижением оценки на 0,5 балла, а в случае повторного нарушения – отстранить от участия в испытаниях.

3. Повторное выступление

3.1. Выступление участника не может быть начато повторно, за исключением случаев, вызванных непредвиденными обстоятельствами, к которым относятся: поломка гимнастического оборудования, произошедшая в процессе выступления; неполадки в работе общего оборудования – освещение, задымление помещения и т.п.; появление на акробатической дорожке (ковре) или в непосредственной близости от него посторонних объектов, создающих травмоопасную ситуацию.

3.2. При возникновении указанных выше ситуаций участник должен немедленно прекратить выступление. Если выступление будет завершено, оно будет оценено.

3.3. Только Председатель жюри имеет право разрешить повторное выполнение упражнения. В этом случае участник выполняет своё упражнение сначала после выступления всех участников своей смены.

3.4. Если выступление прервано по вине участника, повторное выполнение упражнения не разрешается.

4. Разминка

4.1. Перед началом выступлений участникам предоставляется разминка в течение 5 – 7 минут для всех участников смены.

5. Судьи

5.1. Для руководства испытаниям назначается судейское жюри.

5.2. Жюри состоит из Председателя судейского жюри и двух судейских бригад: бригады «А», оценивающей трудность упражнения, и бригады «В», оценивающей исполнение упражнения.

5.3. Каждую бригаду возглавляет судья (арбитр).

5.4. Судейской бригаде запрещается вслух комментировать выступление участника и объявлять ошибки, допущенные во время выступления.

5.5. В случае нарушения пункта 5.4. участник может подать протест на действия судейского корпуса и получить право на повторное выполнение задания.

6. Оценка трудности

6.1. Общая стоимость всех выполненных элементов и соединений составляет максимально возможную базовую оценку за трудность упражнения, равную **10 баллов**, к ней добавляется оценка за технику исполнения с учетом вычета ошибок (сбавок).

6.1.1 Максимально возможная оценка, полученная за выполнение акробатического упражнения может быть равна 20 баллам (10+10).

6.2. В случае изменения установленной последовательности выполнения упражнения комбинация не оценивается, участник получает 0 баллов.

6.3. Если участник не сумел выполнить элемент комбинации, его стоимость вычитается из базовой оценки акробатического соединения.

6.4. Акробатические элементы засчитываются участнику, если они выполнены без ошибок, приводящих к сильному, до неузнаваемости их искажению.

6.5. Время выполнения упражнения не должно превышать 1 минуты 10 секунд.

6.6. Если участник вышел за пределы временных ограничений, то оценивается только та часть, которая попала в отведенные временные рамки.

7. Оценка исполнения

7.1. Все исполняемые участниками элементы должны выполняться технически правильно, в соответствии с требованиями гимнастического стиля.

7.2. Судьи оценивают качество выполнения упражнения в сравнении с идеально возможным вариантом, учитывая требования к технике исполнения отдельных элементов.

7.3. Ошибки исполнения могут быть: мелкими – 0,1 балла, средними – 0,2-0,3 балла, грубыми – 0,4-0,5 балла. Падение и выход за пределы акробатической дорожки наказываются сбавкой – 1 балл.

7.4. К основным ошибкам, которые наказываются сбавкой, равной стоимости акробатического элемента, относятся:

– нарушение техники исполнения элемента или соединения, приводящее к сильному до неузнаваемости искажению;

– фиксация статического элемента менее 2 секунд;

– потеря равновесия, приводящая к падению;

– при выполнении прыжков – приземление не на стопы.

8. Окончательная оценка

8.1. Окончательная оценка участника выводится путём сложения базовой стоимости упражнения и технической оценки выполнения упражнения с учетом вычитания технических и дисциплинарных сбавок.

8.2. Окончательная оценка максимально может быть равной 20 баллов.

9. Оборудование

9.1. Акробатическое упражнение выполняется на дорожке или гимнастическом настиле толщиной не менее 3 см, размером не менее 12 метров в длину и 1,5 метра в ширину.

9.2. Вокруг акробатической дорожки имеется зона безопасности шириной не менее 1,0 метра, полностью свободная от посторонних предметов.

КОМПЛЕКСНОЕ ИСПЫТАНИЕ ПО СПОРТИВНЫМ ИГРАМ (баскетбол, футбол, флорбол)

Испытания для девушек проводятся в виде последовательного выполнения заданий из раздела спортивных игр, входящих в программу основной и средней общеобразовательной школы по физической культуре.

Комбинация считается выполненной, если участник выполнил все задания в установленном порядке. Для выполнения упражнения участникам предоставляется только одна попытка.

Если участник изменил последовательность выполнения комбинации; не сумел выполнить какой-либо элемент, включённый в комбинацию; не сумел выполнить комбинацию до конца, то к его времени прибавляется определённое количество штрафных секунд в соответствии с системой штрафа.

Регламент испытания

1. Участники.

1.1 Девушки должны быть одеты строго в спортивную форму, футболка с коротким рукавом или без рукава заправлена в шорты, спортивная обувь, предназначенная для занятий физической культурой и спортом в зальных помещениях.

1.1.1. Прически участников должны быть аккуратно собраны (заплетены) в косички, хвосты, шишки.

1.2. В соответствии с инструкциями по охране труда запрещается выполнение задания в часах и украшениях, босиком, в джинсах, штанах, кофтах и т.д. В случае невыполнения требований участник не допускается к выполнению задания.

2. Порядок выступлений

2.1. Для проведения испытаний участники распределяются по сменам в соответствии с личным стартовым номером.

2.2. Перед началом испытаний при формировании каждой смены участники должны предъявить судье при участниках паспорт и личный код (шифр).

2.3. В каждой смене участники выполняют комбинацию в порядке, определяемом стартовым протоколом.

2.4. После вызова у участника есть 15 секунд, чтобы начать выступление. Упражнение, выполненное без вызова, не оценивается.

2.5. Участники должны в порядке, предусмотренном программой испытаний, выполнить комбинацию полностью.

2.6. Оценка действий участника начинается с момента принятия исходного положения на линии старта и заканчивается после выполнения последнего задания. Сигналом готовности к началу выступления служит поднятая вверх рука.

2.7. Все участники одной смены должны находиться в специально отведенном для них месте. Их поведение не должно мешать другим участникам.

2.8. За нарушения, указанные в п.п. 2.7. председатель судейского жюри имеет право наказывать участника штрафными секундами, а в случае повторного нарушения – отстранить от участия в испытаниях.

2.9. Оказанная при выполнении упражнения вербальная помощь представителем участника наказывается штрафными секундами в соответствии с системой штрафа.

3. Повторное выступление

3.1. Выступление участника не может быть начато повторно, за исключением случаев, вызванных непредвиденными обстоятельствами, к которым относятся: выход из строя инвентаря, поломка оборудования, произошедшая в процессе выступления; неполадки в работе общего оборудования – освещение, задымление помещения и т.п.; появление в зале посторонних объектов, создающих травмоопасную ситуацию.

3.2. При возникновении указанных выше ситуаций участник должен немедленно прекратить выступление и проинформировать жюри о причинах остановки. Если выступление будет завершено, оно будет оценено.

3.3. Только Председатель жюри имеет право разрешить повторное выполнение упражнения. В этом случае участник выполняет своё упражнение сначала, после выступления всех участников своей смены.

3.4. Если выступление прервано по вине участника, повторное выполнение упражнения не разрешается.

4. Разминка

4.1. Перед началом выступлений участникам предоставляется разминка в течение 5 минут для всех участников смены.

5. Судьи

5.1. Для руководства испытаниям назначается судейское жюри.

5.2. Жюри состоит из Председателя судейского жюри, секретаря, секундометриста.

5.3. Судейской бригаде запрещается вслух комментировать выступление участника и объявлять ошибки, допущенные во время выступления.

5.4. В случае нарушения пункта 5.3. участник может подать протест на действия судейского корпуса и получить право на повторное выполнение задания.

6. Оценка выполнения комбинации

6.1. После выполнения задания к итоговому времени судейская бригада прибавляет штрафные секунды, после чего итоговый результат заносится в протокол.

7. Оборудование.

7.1. Комплексное испытание по спортивным играм выполняется в спортивном зале, который должен быть полностью свободен от гимнастического оборудования, посторонних предметов и иметь размеры не менее чем 15 x 28 м. На всё оборудование, используемое участниками олимпиады должны быть акты разрешения. Достаточное количество баскетбольных мячей №6, баскетбольных корзин футбольных мячей №4, ворот для игры в мини-футбол, клюшек, ворот и мячей для флорбола. Освещение в спортивном зале должно соответствовать нормам СП 52.13330.2016 и равное 200 лк.

Программа испытаний

Участник находится за лицевой линией баскетбольной площадки на линии старта лицом к фишке №1 с клюшкой и мячом для игры во флорбол. По сигналу судьи участник двигается с мячом к фишке №1, обводит ее с левой стороны, затем двигается к фишке №2 и обводит ее с правой стороны, после этого обводит фишку №3 с левой стороны и фишку №4 с правой стороны. Обведя фишку №4, участник выполняет бросок мяча по воротам из зоны для броска размером 2 x 2 м.

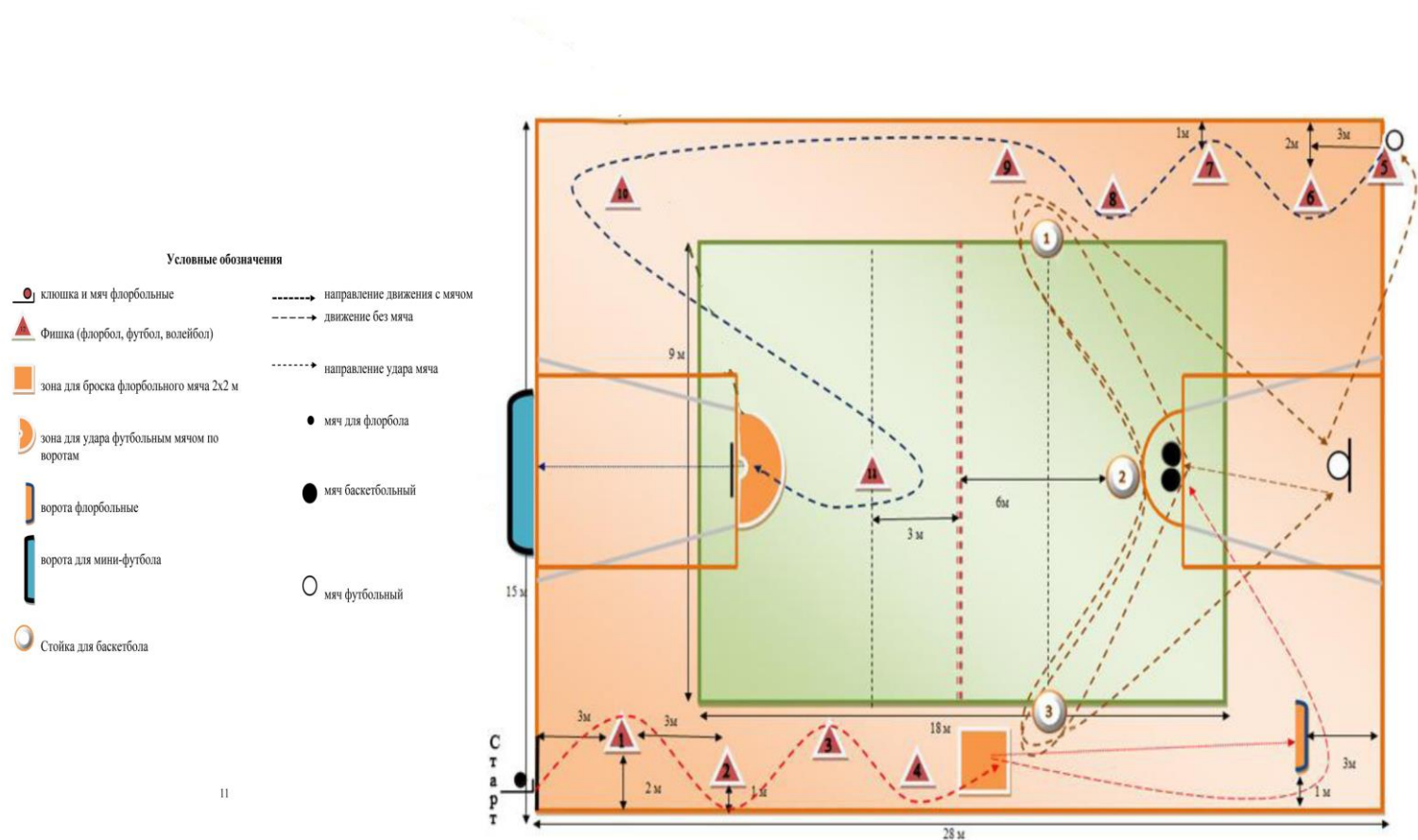
Выполнив бросок по воротам, участник оставляет клюшку, оббегает ворота для флорбола с правой стороны и двигается к баскетбольным мячам, берет любой мяч и выполняет ведение к фишке №5, обводит ее с правой стороны дальней рукой от фишки, фишку №6 обводит с левой стороны дальней рукой от фишки, фишку № 7 – с правой стороны, дальней рукой от фишки. Далее участник ведет мяч к щиту и выполняет бросок мяча в кольцо правой рукой, используя двушажную технику.

Выполнив бросок по кольцу, участник берет второй мяч и выполняет ведение к фишке №7, обводит ее с левой стороны дальней рукой от фишки, фишку №6 обводит с правой стороны дальней рукой от фишки, фишку № 5 – с левой стороны, дальней рукой от фишки. Далее участник ведет мяч левой рукой к щиту и выполняет бросок мяча в кольцо левой рукой, используя двушажную технику.

Выполнив бросок, участник двигается к футбольному мячу, находящемуся за лицевой линией баскетбольной площадки рядом с фишкой №8, оббегая ее с правой стороны. Далее, участник выполняет ведение мяча к фишке №9 и обводит ее с левой стороны, фишку №10 обводит с правой стороны, фишку №11 – с левой стороны, фишку №12 – с правой стороны, двигается к фишке №13 и обводит ее с правой

стороны. Ведет мяч к фишке №14, обводит ее с левой стороны и движется в зону штрафного броска баскетбольной площадки, из которой выполняет удар левой (правой) ногой по воротам любым способом.

Программа выступления считается законченной в момент пересечения футбольным мячом линии футбольных ворот или промаха после удара.



8. Оценка испытания

8.1 Общая оценка испытания складывается из времени выполнения упражнения с учетом штрафного времени.

Штрафное время:

Флорбол:

- непопадание в ворота (+10 с);
- невыполнение удара по воротам (+15 с);
- удар по воротам с нарушением указанной зоны (+ 5 с);
- необбегание ворот (+10 с). - обводка фишки не с той стороны, перешагивание через фишку, нахождение мяча с одной стороны фишки, а участника с другой (+ 2 с);

Баскетбол:

- невыполнение задания (+90 с);
- непопадание мяча в кольцо (+ 5 с);
- выполнение броска в кольцо неуказанным способом (двушажная техника) (+ 5 с);
- обводка фишки не с той стороны, перешагивание через фишку, нахождение мяча с одной стороны фишки, а участника с другой (+ 5 с);

- нарушение правил в технике ведения мяча (пробежка, пронос мяча, двойное ведение, неправильная смена рук, касание фишек-ориентиров) (+ 2 с);
- попадание в кольцо с нарушением (пробежка, пронос мяча, двойное ведение) – не считать, (+2+5 с);
- выполнение ведения не той рукой (оговаривается правилами выполнения конкурсными испытания) + 5 с.

Футбол:

- невыполнение задания (+60 с);
- непопадание мяча в ворота (+10 с);
- удар мяча по воротам с нарушением указанной зоны (+ 5 с);
- обводка фишки не с той стороны, перешагивание через фишку, нахождение мяча с одной стороны фишки, а участника с другой (+ 2 с).