

**ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ ПО ПРЕДМЕТУ
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП

2023/ 2024 УЧЕБНЫЙ ГОД

ТЕКСТЫ ОЛИМПИАДНЫХ ЗАДАНИЙ

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ

ГИМНАСТИКА

Оценка качества выполнения практического задания складывается из судейской оценки. Результаты всех участников ранжируются по возрастающей: лучший результат – 1 место, худший – последнее. «Зачетные» баллы рассчитываются по формуле, представленной в «Требованиях к организации и проведению муниципального этапа всероссийской олимпиады школьников по физической культуре в 2023/24 учебном году в Республике Башкортостан».

Требования к спортивной форме.

Девушки могут быть одеты в купальники, комбинезоны или футболки с лосинами. Раздельные купальники запрещены. Юноши могут быть одеты в гимнастические майки, ширина лямок которых не должна превышать 5 см, трико или спортивные шорты, не закрывающие колени. Футболки и майки не должны быть надеты поверх шорт, трико или лосин. Упражнение может выполняться в носках, гимнастических тапочках (чешках) или босиком. Использование украшений и часов не допускается. Допускается использование тейпов (бандажей, напульсников, наколенников, голеностопов), надёжно закреплённых на теле. В случае если во время упражнения эти вещи открепляются, участник несёт за них личную ответственность, а судьи вправе сделать сбавку.

Нарушение требований к спортивной форме наказывается сбавкой 0,5 балла с окончательной оценки участника.

Испытания девушек и 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 баллов.

Если участник не сумел выполнить какой-либо элемент, то оценка снижается на указанную в программе «стоимость» элемента или соединения, включающего данный элемент.

Упражнение должно иметь чётко выраженное начало и окончание, выполняться со сменой направления, динамично, слитно, без неоправданных пауз. Фиксация статических элементов не менее 2 секунд.

Выполнение упражнения оценивается судейской бригадой, состоящей из

трёх человек. Судьи должны находиться друг от друга на расстоянии, не позволяющем обмениваться мнениями до выставления оценки.

При выставлении оценки бóльшая и меньшая из оценок судей отбрасываются, а оставшаяся оценка идёт в зачёт. При этом расхождение между максимальной и минимальной оценками судей не должно быть более 1,0 балла, а расхождение между оценкой, идущей в зачёт, и ближней к ней не должно превышать 0,3 балла. Окончательная оценка выводится с точностью до 0,1 балла.

7-8 КЛАСС (ДЕВУШКИ)

№ п/п	Элементы и соединения	«Стоимость» в баллах
И.П. – О.С.		
1.	Кувырок вперед в сед руки вверх, обозначить	1,5
2.	Лечь на спину, «мост» – поворот кругом в упор присев	1,5
3.	Кувырок назад – Кувырок назад согнувшись в стойку ноги врозь, руки вверх	1,0 + 1,5
4.	Прыжком О.С. Прыжок со сменой согнутых ног вперед «козлик», руки вверх в стороны наружу, приставить правую (левую) упор присев	1,5
5.	Кувырок вперед согнувшись в стойку ноги врозь, руки в стороны	1,5
6.	Приставляя правую (левую), руки вверх пальцы в замок – Прыжок вверх с поворотом на 360°	1,5
		10,0

7-8 КЛАСС (ЮНОШИ)

№ п/п	Элементы и соединения	«Стоимость» в баллах
И.П. – О.С.		
1.	Фронтальное равновесие (пятка поднятой ноги не ниже 45°) – держать.	1,5
2.	Руки в стороны, прыжок вверх с поворотом на 180°	1,0
3.	Перекатом назад стойка на лопатках – перекал вперед в упор присев – кувырок назад согнувшись в стойку ноги врозь, наклон вперед прогнувшись руки вверх	1,5 + 1,5
4.	Прыжком, поворот кругом О.С. - Переворот в сторону («колесо») и приставляя ногу поворот плечом вперед	2,0
5.	Кувырок вперед – прыжок вверх с поворотом на 360°	1,0 + 1,5
		10,0

9-11 КЛАСС (ДЕВУШКИ)

№ п/п	Элементы и соединения	«Стоимость»
И.П. – упор присев спиной к направлению движения		
1.	Слитно – Кувырок назад, кувырок назад согнувшись в стойку ноги врозь, руки в стороны, выпрямляясь прыжок вверх с поворотом на 180 ⁰	3,0
2.	«Старт пловца» – кувырок вперед прыжком - Кувырок вперед в сед углом, руки в стороны	1,0 + 1,5
3.	Перекат назад, стойка на лопатках без помощи рук, перекал вперед упор стоя согнувшись, держать	1,5
4.	Выпрямляясь, руки в стороны – Переднее равновесие («ласточка»), держать	1,5
5.	Прыжок вверх с поворотом на 360 ⁰ , руки вверх	1,5
		10,0

9-11 КЛАСС (ЮНОШИ)

№ п/п	Элементы и соединения	«Стоимость» в баллах
И.П. – Руки в стороны		
1.	Фронтальное равновесие (пятка поднятой ноги не ниже 90 ⁰), держать	1,0
2.	«Старт пловца» два кувырка вперед прыжком слитно – в упор присев	1,5 + 1,5
3.	Кувырок назад через стойку на руках, обозначить	2,0
4.	Руки вверх переворот в сторону в стойку ноги врозь, руки в стороны, приставляя правую (левую) лицом к направлению	2,0
5.	Прыжок вверх ноги врозь, руки вверх наружу	0,5
6.	Прыжок вверх с поворотом на 360 ⁰	1,5
		10,0

БАСКЕТБОЛ

Оценка качества выполнения практического задания складывается из времени, затраченного участником олимпиады на выполнение всего конкурсного испытания и штрафного времени (за нарушения техники выполнения отдельных приемов). Результаты всех участников ранжируются по возрастающей: лучшее показанное время – 1 место, худшее – последнее. «Зачетные» баллы рассчитываются по формуле, представленной в «Требованиях к организации и проведению муниципального этапа всероссийской олимпиады школьников по физической культуре в 2023/24 учебном году в Республике Башкортостан».

7-8 КЛАССЫ (ЮНОШИ, ДЕВУШКИ)

При расстановке мячей и стоек-конусов необходимо ориентироваться на основные линии разметки баскетбольной площадки. Нумерация мячей в программе испытаний указана сквозная.

Программа испытаний.

Участник находится на месте старта в середине центрального круга лицом к баскетбольному щиту. По сигналу берет баскетбольный мяч (№1) и правой рукой обводит стойку №1, левой рукой стойку №2, затем продолжая ведение выполняет бросок по кольцу любой рукой используя двушажную технику.

Затем бежит к баскетбольному мячу (№2), левой рукой обводит стойку №3, правой рукой стойку №4 и продолжая ведение выполняет бросок по кольцу любой рукой используя двушажную технику.

После этого бежит к центральному кругу к футбольным мячам (№3-№5), расположенным на противоположной половине поля на линии штрафного баскетбольного броска и поочередно выполняет удары по воротам: мячом №3 левой ногой, мячом №4 правой ногой, мячом №5 левой ногой.

Затем бежит к футбольному мячу (№6) и поочередно обводя стойки справа и слева, выполняет удар левой ногой по воротам с уровня линии баскетбольного штрафного броска. Затем бежит к футбольному мячу (№7) и поочередно обводя стойки слева и справа, выполняет удар правой ногой по воротам с уровня линии баскетбольного штрафного броска.

Оценка выполнения.

Время, затраченное участником на выполнение конкурсного испытания,

определяется с точностью до 0,01 с.

Участник оценивается по времени выполнения задания от стартового сигнала до момента пересечения последним футбольным мячом линии ворот, лицевой линии игровой площадки или боковой линии площадки или в момент касания мяча штанги или перекладины ворот.

Штрафное время:

Баскетбол:

- непопадания мяча №1, №2 в кольцо + 3 с.;
- невыполнение броска мячом №1, №2 в кольцо + 5 с.;
- выполнение ведения не той рукой (оговаривается правилами выполнения) +3 с.;
- сбивание стойки + 3 с.;
- пропуск обводки одной из стоек + 5 с.;
- нарушение правил в технике ведения мяча (пробежка, пронос мяча, двойное ведение и т.д.) + 1 с за каждое нарушение;
- выполнение броска в кольцо мячом №1, №2 неуказанным способом (двухшажная техника) + 3 с.;

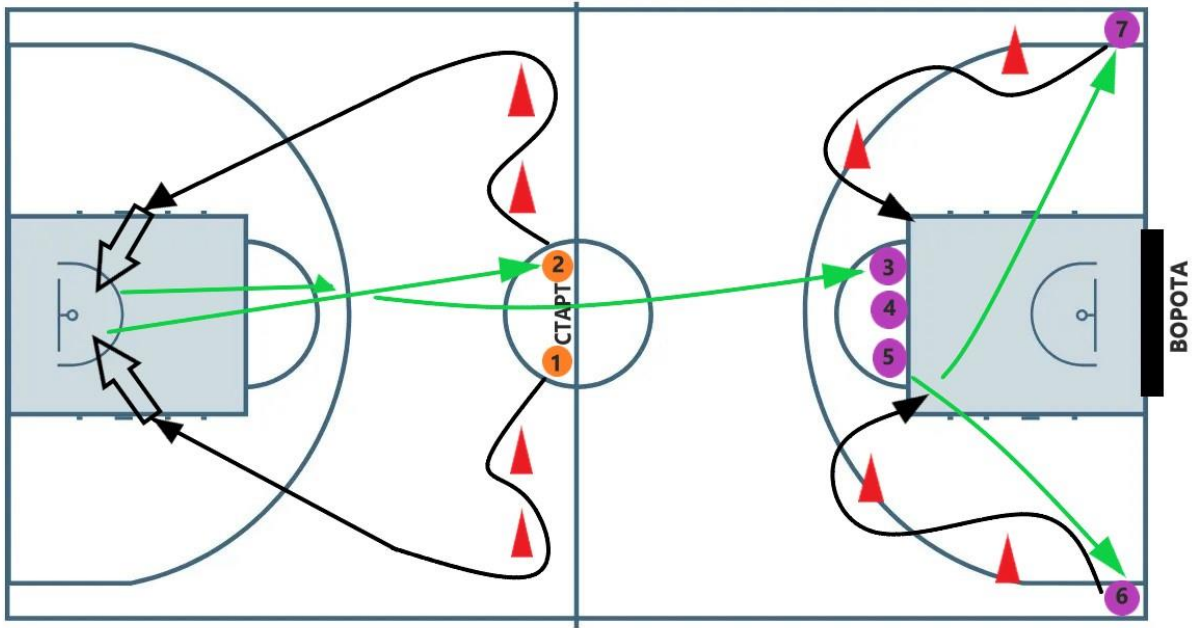
Футбол:

- непопадание мячом №3, №4; №5; №6, №7 в ворота + 3 с.;
- невыполнение удара мячом №3, №4; №5; №6, №7 по воротам + 5 с.;
- сбивание стойки + 3 с.;
- пропуск обводки одной из стоек + 5 с.;
- выполнение удара мячом по воротам не той ногой + 3 с.

Оценка испытаний

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

Общая оценка испытания складывается из общего времени выполнения упражнения и штрафного времени. Лучшее показанное время – 1 место, худшее – последнее.



Условные обозначения :

 мяч баскетбольный		бросок после двух шагов
 мяч футбольный		движение с мячом
 конус		движение без мяча

9-11 КЛАССЫ

ЮНОШИ, ДЕВУШКИ

При расстановке мячей и стоек-конусов необходимо ориентироваться на основные линии разметки баскетбольной площадки. Нумерация мячей в программе испытаний указана сквозная.

Программа испытаний.

Участник находится на месте старта лицом к ближнему от него баскетбольному щиту. По сигналу бежит спиной вперед в сторону центрального круга до баскетбольного мяча (№1). Затем берет мяч и правой рукой обводит стойку №1, левой рукой стойку №2, правой рукой стойку №3, левой рукой стойку №4, затем продолжая ведение выполняет бросок по кольцу любой рукой используя двушажную технику.

Затем бежит к штрафной линии и выполняет штрафной бросок баскетбольным мячом (№2).

Затем правым боком в защитной стойке перемещается к баскетбольному мячу (№3), берет его и после ведения любой рукой выполняет бросок по кольцу используя двушажную технику.

После этого бежит к центральному кругу к футбольному мячу (№4) и поочередно обводя стойки справа и слева, выполняет удар правой ногой по воротам с точки, которая находится на середине линии штрафного баскетбольного броска.

Затем бежит к футбольному мячу (№5) и поочередно обводя стойки справа и слева, выполняет удар левой ногой по воротам с точки, которая находится на середине линии штрафного баскетбольного броска. Затем бежит к футбольному мячу (№6) и поочередно обводя стойки слева и справа, выполняет удар правой ногой по воротам с точки, которая находится на середине линии штрафного баскетбольного броска.

Оценка выполнения.

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

Участник оценивается по времени выполнения задания от стартового сигнала до момента пересечения последним футбольным мячом линии ворот,

лицевой линии игровой площадки или боковой линии площадки или в момент касания мяча штанги или перекладины ворот.

Штрафное время:

Баскетбол:

- непопадания мяча №1, №2, №3 в кольцо + 3 с.;
- невыполнение броска мячом №1, №2, №3 в кольцо + 5 с.;
- выполнение ведения не той рукой (оговаривается правилами выполнения) +3 с.;
- сбивание стойки + 3 с.;
- пропуск обводки одной из стоек + 5 с;
- нарушение правил в технике ведения мяча (пробежка, пронос мяча, двойное ведение и т.д.) + 1 с за каждое нарушение;
- выполнение броска в кольцо мячом №1, №3 неуказанным способом (двухшажная техника) + 3 с;
- попадание мяча №2 после выполнения штрафного броска с заступом штрафной линии + 5 с.
- перемещение к мячу №3 не указанным способом +5 с.

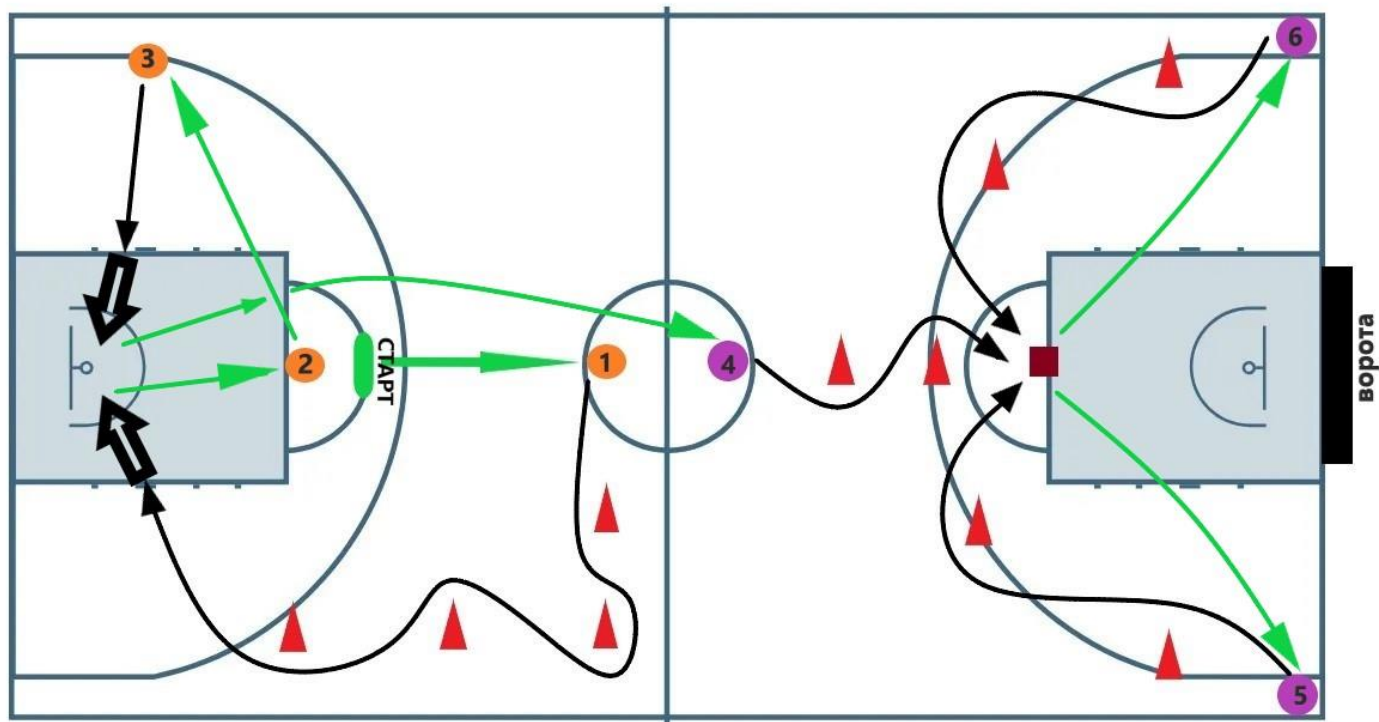
Футбол:

- непопадание мячом №4; №5; №6 в ворота + 3 с;
- невыполнение удара мячом №4; №5; №6 по воротам + 5 с;
- сбивание стойки + 3 с;
- пропуск обводки одной из стоек + 5 с;
- выполнение удара мячом №4; №5; №6 за пределами зоны удара + 3с;
- выполнение удара мячом по воротам не той ногой + 3 с.

Оценка испытаний

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

Общая оценка испытания складывается из общего времени выполнения упражнения и штрафного времени. Лучшее показанное время – 1 место, худшее – последнее.



Условные обозначения :



место старта



мяч баскетбольный



мяч футбольный



стойка-конус



бросок после двух шагов



точка удара футбольного мяча по воротам



движение с мячом



движение без мяча