

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

2016–2017 учебного года

МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП

7–8 классы

Практический тур Гимнастика

1. Испытания девочек и мальчиков проводятся в виде выполнения обязательного акробатического упражнения.
2. Участник имеет право на одну попытку, в которой он должен выполнить упражнение полностью.
3. В случае изменения установленной последовательности элементов, упражнение не оценивается, и участник получает 0,0 баллов.
4. Если участник не сумел выполнить какой-либо элемент, производится сбавка равная его стоимости, указанной в таблицах 1 и 2.
5. Выполняемое упражнение должно иметь чётко выраженное начало и окончание, и должно выполняться без неоправданных пауз с фиксацией статических элементов, указанных как «держать» – не менее 2-х секунд.
6. Каждый судья суммирует сбавки за ошибки в технике выполнения элементов и соединений, указанные в таблице 3, вычитая их из 10,0 баллов.
7. Судьи оценивают качество выполнения упражнений в сравнении с идеально возможным вариантом, учитывая требования к технике и стилю их исполнения.
8. Ошибки исполнения могут быть: мелкими – 0,1 балла; средними – 0,3 балла; грубыми – 0,5 балла.
9. Выполнение упражнения оценивается судейской бригадой, состоящей из трёх человек. Судьи должны находиться друг от друга на расстоянии, не позволяющем обмениваться мнениями до выставления оценки.
10. При выставлении оценки большая 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.
11. Окончательная оценка выводится с точностью до 0,1 балла.
12. Максимально возможная окончательная оценка – 10,0 баллов.
13. Упражнение должно выполняться на акробатической дорожке шириной не менее 1,5 метров и длиной не менее 12 метров.

**Акробатическое упражнение девочек 7–8 классов – участниц
муниципального этапа Олимпиады школьников**

№ п/п	Упражнение	Стоимость
	И.п. – о.с.	
1	Шагом правой (левой) вперёд, левую (правую) в сторону на носок и фронтальное равновесие на правой (левой), левую (правую) в сторону не ниже 45°, держать	1,0
2	Приставляя ногу, кувырок вперёд прыжком в упор присев - кувырок вперёд в сед в группировке - лечь на спину, руки вверх	1,0+1,0
3	Согнуть руки и ноги – «мост», держать - поворот кругом (левую/правую) кругом в упор присев.	2,0
4	Перекат назад в стойку на лопатках без помощи рук, держать – перекат вперёд в упор присев - кувырок назад в упор присев – встать, руки вверх	1,0+1,0
5	Махом одной, толчком другой переворот в сторону («колесо») и, приставляя ногу, повернуться направо (налево) лицом в направлении движения	2,0
6	Прыжок с поворотом на 180 градусов	1,0

Таблица 2

**Акробатическое упражнение мальчиков 7–8 классов – участников
муниципального этапа Олимпиады школьников**

№ п/п	Упражнение	Стоимость
	И.п. – о.с.	
1	Шагом правой (левой) вперёд, левую (правую) в сторону на носок и фронтальное равновесие на правой (левой), левую (правую) в сторону не ниже 45°, держать	1,0
2	Приставляя ногу, кувырок вперёд прыжком в упор присев - кувырок вперёд в сед в группировке	1,0+1,0
3	Перекат назад в стойку на лопатках без помощи рук, держать - перекал вперёд в упор присев.	1,0
4	Толчком стойка на голове и руках (держать) – опуститься в упор присев – встать, руки вверх.	2,0
5	Махом одной, толчком другой переворот в сторону («колесо») и, приставляя ногу, повернуться направо (налево) лицом в направлении движения	2,0
6	Прыжок с поворотом на 180°	2,0

Всероссийская олимпиада школьников по физической культуре 2017–2018 учебного года
Муниципальный этап.

Таблица 4

Акробатическое упражнение девушек 9–11 классов – участниц муниципального этапа Олимпиады школьников

№ п/п	Упражнение	Стоимость
	И.п. – о.с.	
1	Шагом вперёд равновесие на одной ноге, руки в стороны («Ласточка»), держать	1,0
2	Приставляя ногу, выпрямиться в стойку, руки в стороны - кувырок вперёд согнувшись в стойку ноги врозь, руки в стороны	1,0
3	Наклон вперёд прогнувшись – кувырок вперёд в стойку на лопатках, обозначить – стойка на лопатка без помощи рук, держать	1,0 + 1,0
4	Перекат вперёд в сед в группировке – сед углом руки в стороны, держать - лечь на спину руки вверх	1,0
5	Согнуть руки и ноги - «мост», держать - поворот кругом в упор присев	1,5
6	Кувырок назад в полушпагат руки в стороны, держать – с опорой на руки перейти в упор присев – встать, руки вверх	1,5
7	Махом одной, толчком другой переворот в сторону («колесо») и приставляя ногу, поворот лицом в направлении движения	1,0
8	Прыжок с поворотом на 180°	1,0

Таблица 5

Акробатическое упражнение юношей 9–11 классов – участников муниципального этапа Олимпиады школьников

№ п/п	Упражнение	Стоимость
	И.П. – о.с.	
1	Шагом вперёд равновесие на одной ноге, руки в стороны («Ласточка»), держать	1,0
2	Приставляя ногу, выпрямиться в стойку, руки в стороны – кувырок вперёд прыжком в стойку ноги врозь, руки в стороны	1,0
3	Наклон вперёд прогнувшись – кувырок вперёд в стойку на лопатках, обозначить – стойка на лопатка без помощи рук, держать – перекаат вперёд в упор присев	1,0 + 1,0
4	Силой, сгибая ноги, стойка на голове и руках, держать – опуститься в упор присев.	2,0
5.	Кувырок назад согнувшись – выпрямиться в стойку, руки вверх	1,5
6	Махом одной, толчком другой переворот в сторону («колесо»), приставляя ногу, поворот в направлении движения	1,0
7	Прыжок с поворотом на 360°	1,5

Таблица 6

Основные сбавки за нарушения техники выполнения отдельных элементов

№	Ошибки исполнения	Сбавки
1	Сильное, до неузнаваемости, искажение элемента	– стоимость элемента
2	Недостаточная высота полётной фазы прыжков, искажение рабочей осанки, неточное положение туловища, сгибание и/или разведение рук и ног	– до 0,5 балла
3	Отсутствие слитности, неоправданные задержки между элементами	– до 0,3 балла каждый раз
4	Остановка при выполнении упражнения более 7 секунд	Упражнение прекращается и оценивается его выполненная часть
5	Фиксация статического положения, указанного как «держать», менее 2–х секунд	– стоимость элемента
6	Ошибки приземления при завершении элемента или упражнения в целом: – переступание и незначительное смещение шагом – широкий шаг или прыжок – касание пола одной рукой, падение	– 0,1 балла – 0,3 балла – 0,5 балла
7	Выход за пределы акробатической дорожки	– 0,5 балла
8	Отсутствие чёткого выраженного начала или окончания упражнения	– 0,3 балла
9	Повторное выполнение упражнения после неудачного начала	– 0,5 балла

Таблица 3

Основные сбавки за нарушения техники выполнения отдельных элементов

№	Ошибки исполнения	Сбавки
1	Сильное, до неузнаваемости, искажение элемента	– стоимость элемента
2	Недостаточная высота полётной фазы прыжков, искажение рабочей осанки, неточное положение туловища, сгибание и/или разведение рук и ног	– до 0,5 балла
3	Отсутствие слитности, неоправданные задержки между элементами	– до 0,3 балла каждый раз
4	Остановка при выполнении упражнения более 7 секунд	Упражнение прекращается и оценивается его выполненная часть
5	Фиксация статического положения, указанного как «держать», менее 2-х секунд	– стоимость элемента
6	Ошибки приземления при завершении элемента или упражнения в целом: – переступание и незначительное смещение шагом – широкий шаг или прыжок – касание пола одной рукой, падение	– 0,1 балла – 0,3 балла – 0,5 балла
7	Выход за пределы акробатической дорожки	– 0,5 балла
8	Отсутствие чёткого выраженного начала или окончания упражнения	– 0,3 балла
9	Повторное выполнение упражнения после неудачного начала	– 0,5 балла

Спортивные игры (волейбол)

7–8 классы. Девочки и мальчики

9-11 классы. Юноши и девушки

Регламент испытания

1. Руководство испытаниями

1.1. Руководство для проведения испытаний состоит из:

- назначенного представителя оргкомитета;
- главного судьи по волейболу.

2. Участники

2.1. Участники должны быть одеты в спортивные шорты, футболку и кроссовки.

2.2. Использование украшений не допускается.

3. Порядок выступления

3.1. После вызова у участника есть 20 секунд, чтобы он мог подготовиться к выполнению испытания. Началом испытания является сигнал (свисток судьи), после которого, через 8 секунд, должна быть произведена подача.

3.2. Все участники одной смены должны находиться в специально отведенном месте.

3.3. Оценка действий участника начинается с момента принятия исходного положения. Сигналом готовности участника к началу выступления служит поднятая вверх правая рука.

4. Повторное выступление

4.1. Выступление участника не может быть начато повторно, за исключением случаев, вызванных непредвиденными обстоятельствами, к которым относятся:

- поломка оборудования, произошедшая в процессе выступления;
- неполадки в работе общего оборудования - освещение, задымление помещения и т.п.

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

4.3. Только главный судья имеет право разрешить повторное выполнение упражнения. В этом случае участник выполняет своё упражнение сначала, после выступления всех участников данной смены.

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

5. Разминка

5.1. Перед началом выступлений участникам предоставляется разминка из расчёта не более 30 секунд на одного участника.

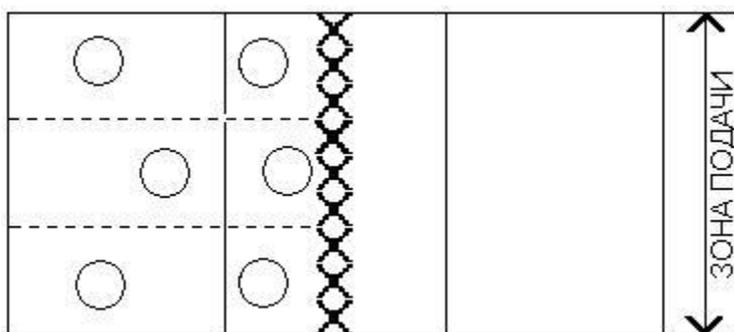
6. Судьи

6.1. Главный судья по волейболу определяет составы судейских бригад, оценивающих выступления.

6.2. Каждая бригада состоит из арбитра и судей.

7. Программа испытаний 7-8 классы

Три мяча находятся на линии подачи. Испытуемый, выполняющий подачу, находится за лицевой линией. Подающему дается возможность выполнить три подачи: первая подача - нижняя в любую из зон 2, 3, 4; две верхние подачи - в любую из зон 5, 6, 1. В случае, если испытуемый подбросил мяч, но удар по мячу не произвел, то подача считается совершенной. Дополнительных попыток не предоставляется. Каждая подача оценивается. В зачет идет сумма очков всех трех подач.

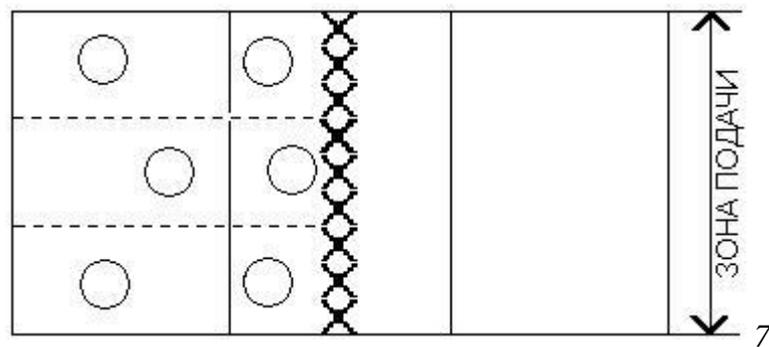


8. Оценка исполнения 7-8 классы

При выполнении подач за попадание в любую из указанных зон начисляется **3** очка, за попадание мяча в обруч или касание его дается премиальное **1** очко. За непопадание в площадку, подачу в сетку или аут снимается **1** очко.

7. Программа испытаний 9-11 классы

Шесть мячей находятся на линии подачи. Испытуемый, выполняющий верхнюю подачу находится за лицевой линией. Подающему дается возможность выполнить шесть верхних подач в зоны 2, 3, 4, 5, 6, 1. В случае, если испытуемый подбросил мяч, но удар по нему не произвел, то подача считается совершенной. Дополнительных попыток не предоставляется. Каждая подача оценивается. В зачет идет сумма очков всех шести подач.



8. Оценка исполнения 9-11 классы

При выполнении подач необходимо попасть в каждую зону (2,3,4,5,6,1). За попадание в каждую зону начисляется **3** очка. Если участник попадает в одну и ту же зону повторно, то начисляется **1** очко. За попадание мяча в обруч или касание его дается премиальное **1** очко. За непопадание в площадку, подачу в сетку или аут снимается **1** очко. Дополнительные очки присуждаются за выполнение подачи в прыжке (не более двух подач); в случае, если подача выполнена и мяч попал в площадку, начисляется 4 очка. Если же при выполнении подачи мяч попал в сетку или аут, снимается 4 очка.

При выполнении приема в указанных судьей зонах начисляется 3 очка. В случае невыполнения подачи принимающий получает 2 очка. Если прием в указанной зоне не получается, с конкурсанта снимается 3 очка.

Примечание:

Верхняя подача - удар по мячу наносится выше уровня плечевого сустава в исходном положении стоя лицом к сетке.

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА (по выбору)

7–8 классы. Девочки и мальчики

9-11 классы. Юноши и девушки

Конкурсное испытание в легкой атлетике заключается в преодолении дистанции 2000м (девушки) и 3000 м (юноши).

Старт – забегами до 15 человек, по беговой дорожке не короче 200 м.

Время преодоления дистанции фиксируется с точностью до десятых долей секунды.