

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП

2022/ 2023 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 2022/23 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. | Равновесие на одной ноге, другую вперед (пятка поднятой ноги не ниже 45°), держать | 1,5 |
| 2. | Упор присев - Кувырок назад – Перекат назад стойка на лопатках без помощи рук - перекат вперед в сед с наклоном вперед, держать | 1,5+1,5+1,0 |
| 3. | Перекат назад лечь на спину, мост – поворот кругом в упор присев | 1,5 |
| 4. | Прыжок вверх с поворотом на 180° | 1,0 |
| 5. | Прыжок со сменой согнутых ног вперед, приставить правую (левую) | 1,0 |
| 6. | Прыжок вверх ноги врозь | 1,0 |
| | | 10,0 |

7-8 КЛАСС (ЮНОШИ)

| № п/п | Элементы и соединения | «Стоимость» в баллах |
|--------------------|--|---------------------------------|
| И.П. – О.С. | | |
| 1. | Упор присев, стойка на голове и руках толчком двумя | 1,5 |
| 2. | Встать руки в стороны и шагом вперед прыжок со сменой согнутых ног вперёд – приставить правую (левую), упор присев (обозначить) | 1,0 |
| 3. | Перекатом назад стойка на лопатках без помощи рук – перекаат вперед в упор присев – кувырок назад в стойку ноги врозь руки вверх | 1,5 + 1,5 |
| 4. | Прыжком О.С. - Переворот в сторону («колесо») и приставляя ногу поворот плечом вперед | 2,0 |
| 5. | Кувырок вперед – Прыжок вверх с поворотом на 180 ⁰ | 1,0 + 1,5 |
| | | 10,0 |