

**Муниципальный этап Всероссийской олимпиады школьников
по физической культуре 2022-2023 учебный год
Практическая часть: Спортивные игры девушки и юноши 7 - 8 класс**

Оборудование.

Секундомер; баскетбольный щит с кольцом (высота кольца 305 см), гимнастический мат 1 х 2 м (ворота); 3 баскетбольных мяча №6; два волейбольных мяча; два футбольных мяча; два мяча для большого тенниса, видеокамера (телефон), измерительная рулетка 5 м.

Расположение инвентаря (схема 1).

Зона «старта и остановки» на расстоянии 3 м от центра кольца. Размер зоны «старта и остановки» 1х1 м по внешнему краю линии разметки.

Зона «удара и подач» находится на расстоянии 6 м от центра кольца. Размер зоны «удара и подач» 2х2 м по внешнему краю линии разметки.

Ширина линий зон «старта и остановки» и «удара и подач» 5 см.

Высота стоек 1,5 м. От центра кольца, в стороны, отмеряется 4м. Затем перпендикулярно лицевой линии отмеряется 2м. На этих местах располагаются стойки №1и №6. Стойки №3 и №4 располагаются на расстоянии 4 м от стоек №1и №6. Стойки №2и №5 располагаются на расстоянии 2м от середины линии между стойками №1 и №3, №4 и №6.

Баскетбольный мяч №1 по центру площадки на расстоянии 0,5 м от зоны «удара и подач». Два мяча для большого тенниса на расстоянии 0,5 м от баскетбольного мяча №1. Волейбольные мячи №8 и №9 на расстоянии 0,5 м от углов зоны «удара и подач». Баскетбольные мячи №2 и №3 на расстоянии 1 м от волейбольных мячей. Футбольные мячи №4 и №5 на расстоянии 2 м от стоек №3 и №4.

Мат (1х2 м) установлен горизонтально на расстоянии 1 м, от центра баскетбольного кольца, параллельно баскетбольному щиту.

При проведении испытания в дистанционном формате средство видеозаписи располагается напротив баскетбольного кольца на расстоянии 11 – 12 м.

Выполнение комбинации.

Задание №1 – баскетбол (схема №2).

Участник находится в зоне «старта и остановки». По команде «Марш!», бежит к баскетбольному мячу №1, берёт его и начинает ведение к зоне «старта и остановки», выполняя в ней остановку прыжком и бросает мяч в кольцо.

Затем бежит к баскетбольному мячу №2, берёт его и начинает ведение правой рукой к стойке №3. Оббегает стойку №3 справа, ведёт мяч к стойке №1, обводит её справа налево, левой рукой ведёт мяч к стойке №2, оббегая её слева направо, обводит стойку №5 слева направо, ведёт мяч к баскетбольному щиту и выполняет бросок в движении на два шага.

Бежит к баскетбольному мячу №3, берёт его и начинает ведение левой рукой к стойке №4. Оббегает стойку №4 слева, ведёт мяч к стойке №6, обводит её слева направо, правой рукой ведёт мяч к стойке №5 оббегая её справа налево, обводит стойку №2 справа налево, ведёт мяч к баскетбольному щиту и выполняет бросок в движении на два шага.

Участник имеет право начать выполнение упражнения в другой последовательности (сначала обвести стойки баскетбольным мячом №3, затем мячом №2).

Задание №2 – футбол (схема №3).

Участник бежит к футбольному мячу №5, обводит стойку №4 слева направо, затем стойку №5 справа налево, затем стойку №6 слева направо и ведёт мяч в зону «ударов и передач» пробегая с правой стороны т стойки №5. Из зоны «удара и подач» выполняет удар по воротам (мат 1x2 м).

После удара бежит к футбольному мячу №4 и ведёт его в зону «ударов и подач», выполняет удар по воротам (мат 1x2 м).

Допускается выполнение упражнения, начиная с футбольного мяча №4, обводя последовательно стойки №1, №2, №3 (как с противоположной стороны), далее мяч ведётся в зону «удара и подач», выполняется удар по воротам (мат 1x2 м). Затем в зону «удара и подач» ведётся мяч №5 и выполняется удар по воротам (мат 1x2 м).

Удар по воротам наносится любым способом и любой ногой!

Задание №3 – метание мячей для большого тенниса (схема №4).

После выполнения задания по футболу участник берёт в руки мячи для большого тенниса и выполняет броски мячей в баскетбольный щит из зоны «удара и подач» любой удобной рукой.

Допускается выполнение бросков как одной, так и последовательно правой и левой руками. Одновременный бросок двумя руками ЗАПРЕЩЁН!

Баскетбольное кольцо и баскетбольная сетка являются частью мишени!

Броски выполняются строго из зоны «удара и подач».

Задание №4 – волейбол (схема №4).

Далее участник берёт волейбольный мяч №8 и последовательно выполняет связку из пяти передач над собой двумя руками сверху. Затем выполняет подачу из зоны «удара и подач», стараясь попасть мячом в баскетбольный щит. После выполнения подачи берёт волейбольный мяч №9 и выполняет вторую подачу из зоны «удара и подач», стараясь попасть в баскетбольный щит.

Секундомер выключается, когда участник производит удар по мячу, выполняя вторую подачу!

Баскетбольное кольцо и баскетбольная сетка являются частью мишени!

Подачи выполняются любым удобным способом.

Во время выполнения волейбольных подач участник должен находиться в зоне «удара и подач».

Высота передач над собой не ниже 1 м.

Если нарушается связка из передач (мяч падает или улетает), участник должен продолжить выполнение и закончить задание.

Нарушением связки из пяти передач считается потеря мяча во время выполнения передач.

Начисление штрафных секунд

Задание №1 - баскетбол.

Штрафные секунды:

- технические ошибки при выполнении ведения мяча (пронос мяча, пробежка, двойное ведение и другие технические ошибки) – + 1 сек. за каждую ошибку;
- непопадание в кольцо мячом – + 3 сек.;
- невыполнение остановки прыжком – + 3 сек.;
- заступ за границы зоны «старта и остановки» (нога пересекает линию) – + 3 сек.;
- ведение мяча не той рукой, которая указана в требованиях к стандарту выполнения движений – + 1 сек. за каждый удар;
- невыполнение элемента бросок в движении на два шага после ведения – +3 сек.;
- касание стойки – + 3 сек.;
- падение стойки – + 5 сек.;
- оббегание стойки не с той стороны, которая указана в требованиях – +5 сек.;
- невыполнение ведения и броска в движении на два шага в одну из сторон – + 20 сек.
- невыполнение всего задания – + 40 сек.

Задание №2 - футбол.

Штрафные секунды:

- касание мяча рукой – + 1 сек. за каждое касание;
- выполнение удара не из зоны «удара и подач» – + 3 сек.;
- непопадание в ворота (мат) после удара по мячу – + 3 сек.;
- касание стойки – + 3 сек.;
- падение стойки – + 5 сек.;
- оббегание стойки не с той стороны, которая указана в требованиях – +5 сек.;
- невыполнение удара по воротам – +10 сек. за каждый невыполненный удар;
- невыполнение всего задания – + 30 сек.

Задание №3 – метание теннисных мячей.

Штрафные секунды:

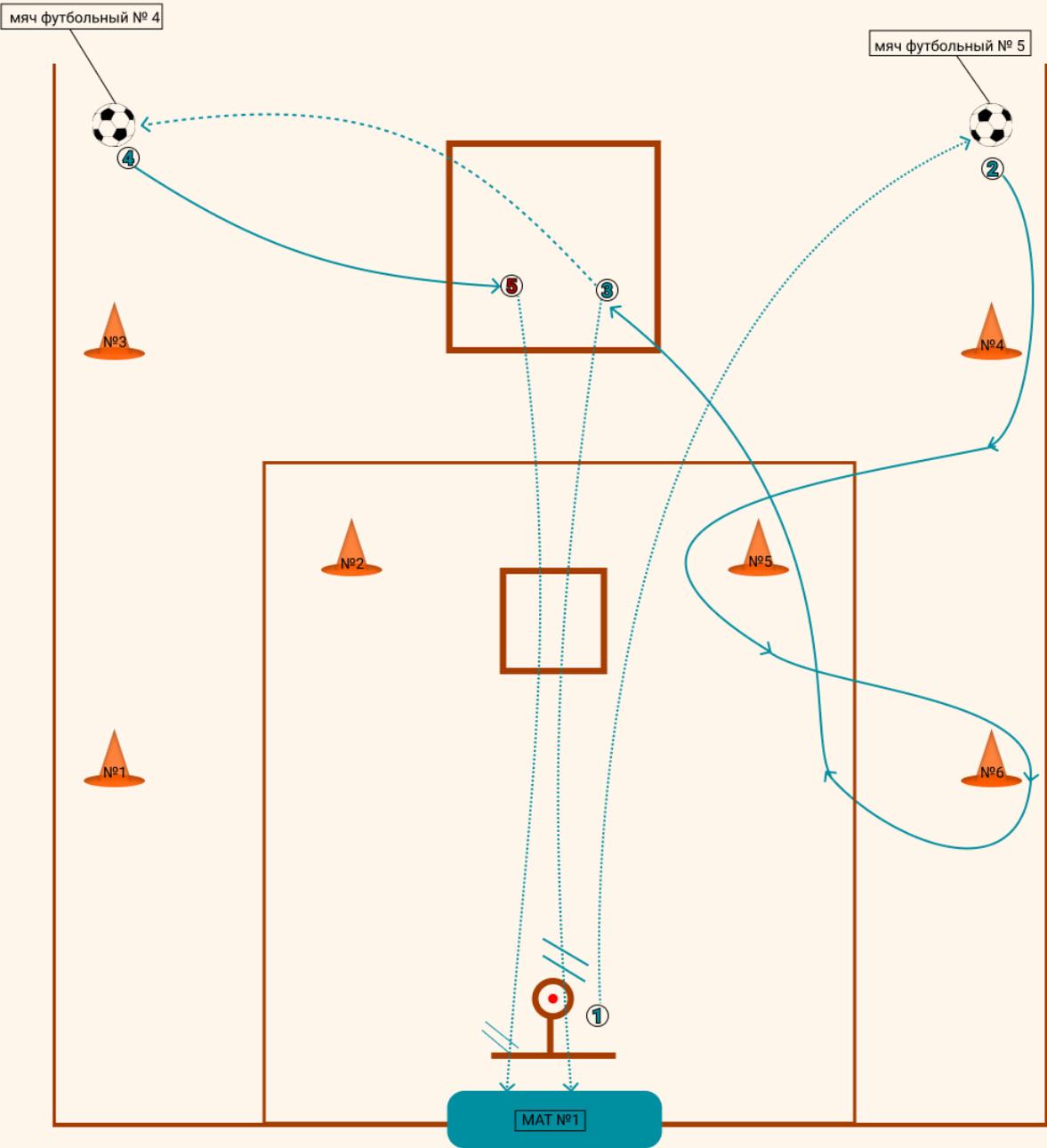
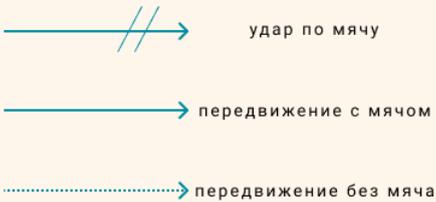
- выполнение метания не из зоны «удара и подач» – + 3 сек. за каждый бросок;
- одновременный бросок двух мячей – + 5 сек.;
- непопадание в баскетбольный щит – + 3 сек.

Задание №4 - волейбол.

Штрафные секунды:

- техническая ошибка при выполнении передач над собой, выполнение передачи ниже высоты указанной в требованиях – + 1 сек.;
- невыполнение связки из пяти передач – + 3 сек.;
- невыполнение передачи – +3 сек. за каждую;
- подача не из зоны «удара и подач» – + 3 сек.;
- нижняя подача волейбольного мяча с руки (без подбрасывания) – + 3сек.;
- мяч после подачи не попал в баскетбольный щит – + 3 сек.;
- невыполнение одной подачи – + 10 сек.;
- невыполнение всего задания – + 40 сек.

СХЕМА 3





- > подача мяча / бросок мяча
- > передвижение с мячом
- ...> передвижение без мяча
- ↑↑ передача мяча над собой

