

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.

9-11 КЛАСС (ДЕВУШКИ)

№ п/п	Элементы и соединения	«Стоимость»
И.П. – Руки в стороны		
1.	Два переворота в сторону (два «колеса») слитно, в стойку ноги врозь, руки в стороны	3,0
2.	Поворот плечом вперед – Переднее равновесие («ласточка»), держать	1,5
3.	Упор присев - Кувырок вперёд в сед углом, руки в стороны, держать	1,5
4.	Кувырок назад согнувшись в стойку ноги вместе, руки в стороны	1,5
5.	Прыжок со сменой прямых ног вперёд	1,0
6.	Прыжок вверх с поворотом на 360°	1,5
		10,0

9-11 КЛАСС (ЮНОШИ)

№ п/п	Элементы и соединения	«Стоимость» в баллах
И.П. – Руки вверх		
1.	Фронтальное равновесие (пятка поднятой ноги не ниже 90°), держать	1,5
2.	«Старт пловца» - Кувырок вперед прыжком - Кувырок вперед в стойку на лопатках без помощи рук – Перекат вперед в сед углом, руки в стороны	1,0 + 1,5 + 1,0
3.	Кувырок назад согнувшись в стойку ноги вместе	2,0
4.	Стойка руки вверх – Стойка на голове и руках силой	1,5
5.	Выпрямляя руки упор лёжа, толчком двумя упор присев – Прыжок вверх с поворотом на 360°	1,5
		10,0