

Всероссийская олимпиада школьников по физической культуре

Муниципальный этап

**Регламент испытаний по спортивным играм**

Юноши и девушки (9 - 11 классы)

**1. Требования к спортивной форме участников**

1.1. Участники должны быть одеты в футболку (спортивную майку), заправленную в спортивные трусы (шорты) или лосины (тайсы), и кроссовки (кеды) с нескользкой подошвой.

1.2. Использование украшений не допускается.

1.3. Нарушение требований к спортивной форме наказывается **добавлением 5 секунд** к итоговому времени участника.

**2. Порядок выступления**

2.1. Для проведения испытаний участники распределяются по сменам в соответствии с номером.

2.2. Перед выполнением задания участник самостоятельно выполняет общую разминку.

2.3. Перед началом выступлений участникам предоставляется специальная разминка из расчета не более 30 секунд на одного участника.

2.4. Все участники одной смены должны находиться в специально отведенном для них месте. Их поведение не должно мешать другим участникам.

2.5. Перед началом испытания судья называет номер участника.

2.6. После вызова у участника есть 20 секунд, чтобы он мог подготовиться к выполнению испытания. Сигналом готовности участника к началу выступления служит поднятая вверх рука.

2.7. Началом испытания является команда судьи «**МАРШ!**», после которого выполняется задание.

2.8. За нарушения, указанные в п.2.4., главный судья по виду имеет право наказать участника штрафом - **добавлением 10 секунд** к итоговому времени участника, а в случае грубого нарушения – отстранить от участия в испытаниях.

**3. Повторное выступление**

3.1. 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.

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

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

**4. Судьи**

4.1. Главный судья по виду определяет составы судейских бригад, оценивающих выступления участников.

4.2. Каждая бригада состоит из двух судей и секретаря.

4.3. Бригада располагается на площадке: судьи оценивают готовность «**ФОРМА!**» участника к выполнению упражнения и правильность, не мешая при этом выполнению испытаний, и обеспечивают техническую и временную оценку, секретарь выполняет запись в протоколе.

**5. Оборудование**

5.1. Школьный спортивный зал 24 × 12 метров.

5.2. Вокруг площадки должна быть зона безопасности шириной не менее 1 метра, полностью свободная от посторонних предметов.

5.3. Баскетбольный мяч - 1шт, мяч для мини - футбола - 1шт, волейбольный мяч - 1шт, конусы - 6 шт, секундомер, свисток, протокол.

**6. Программа испытаний 9-11 классы**

Участник находится у линии старта. По команде «**МАРШ!**» выполняет ведение футбольного мяча между стойками № 1, № 2, № 3 «змейкой», после обведения стойки № 3 выполняется удар между

стойками № 4, № 5. Ведение начинается в любую сторону. Удар выполняется любой ногой и любым способом. Удар необходимо выполнить до линии отметки.

Затем берет баскетбольный мяч и выполняет 10 передач в стену, затем, выполняет ведение к стойке № 3, обводит ее с правой стороны правой рукой, стойку № 2 с левой стороны левой рукой, стойку № 1 с правой стороны правой рукой по кругу, стойку № 6 с левой стороны левой рукой, с ведением левой рукой двигается к баскетбольному кольцу, завершая атаку броском после ведения и двух шагов левой рукой. Броски в кольцо выполняются до попадания. Последующие броски могут выполняться любой рукой и любым способом, не нарушая правил владения мячом, установленные в баскетболе. После попадания в кольцо участник подбирает мяч и выполняет ведение к трёхочковой линии и выполняет бросок. **Девушки выполняют ведение к линии штрафного броска и выполняют бросок с линии штрафного броска.** В случае промаха бросок выполняется до попадания любым способом. После попадания мяч необходимо подобрать и зафиксировать на полу. Затем участник бежит к волейбольному мячу и выполняет верхнюю прямую подачу в стену, от стены прием мяча снизу поднимая мяч над собой и передачу сверху в стену. После выполнения передачи сверху в стену мяч необходимо поймать и зафиксировать на полу, после касания пола мячом секундомер останавливается. Заступ за линию отметки считается ошибкой, если после подачи нет возможности принять мяч снизу, его необходимо поймать и зафиксировать на полу, не выполняя следующие элементы. **Девушки чередуют передачи «сверху» и «снизу» в стену - 5 циклов.** После выполнения передач мяч необходимо поймать и зафиксировать на полу.

#### **Разметка площадки.**

Футбольный мяч находится в точке на расстоянии 3 метров от боковой линии волейбольной площадки и 0,5 метра от средней линии волейбольной площадки. Расстояние от футбольного мяча до стойки № 1 - 1 метр, между стойками № 1, № 2, № 3 - 2 метра, от стойки № 3 до линии удара 1,5 метра, от линии удара до стоек № 4, № 5 – 4 метра, расстояние между стойками № 4, № 5 - 0,7 метра.

Расстояние от стены до линии передачи баскетбольного мяча 2 метра. Волейбольный мяч лежит на этой же линии на расстоянии 1 метра от баскетбольного мяча. Для юношей волейбольный мяч лежит на расстоянии 3 метра от стены. Линия отметки для выполнения передач в волейболе на расстоянии 1 метра от стены.

Стойка № 6 на расстоянии 1 метра от боковой линии волейбольной площадки и 1,5 метра от средней линии волейбольной площадки.

#### **7. Условия выполнения и ошибки.**

##### **7.1 Футбол**

- касание конуса мячом или ногой при ведении **добавление 2 секунд**;
- касание конуса №4, №5 мячом после удара, непопадание между конусами, попадание выше конусов **добавление 5 секунд**;
- касание или заступ за линию отметки **добавление 5 секунд**.

##### **7.2 Баскетбол**

- обводка конуса не с той стороны, ведение не той рукой - **добавление 2 секунд** за каждую ошибку;
- касание конуса мячом или ногой - **добавление 2 секунд**;
- бросок ближе линии штрафного броска - **добавление 15 секунд**;
- заступ на линию штрафного броска - **добавление 2 секунд**;
- бросок ближе линии трёхочкового броска - **добавление 15 секунд**;
- заступ на линию трёхочкового броска - **добавление 2 секунд**;
- незафиксированный мяч - **добавление 5 секунд**;
- ошибки при выполнении остановок, пробежки - **добавление 2 секунд за каждую**;
- первый бросок, выполненный не тем способом - **добавление 2 секунд**;
- касание или заступ за линию передач - **добавление 2 секунд за каждую передачу**

- невыполнение количества передач - **добавление 2 секунд за каждую передачу.**

### **7.3 Волейбол**

Если после подачи нет возможности принять мяч снизу, его необходимо поймать и зафиксировать на полу.

Невыполненная подача - **добавление 40 секунд.**

Подача мяча выполняется с удобного расстояния, передачи с расстояния не ближе 1 метра.

Не рекомендуется нарушать регламент и допускать следующие ошибки (за выполненные слитно все три элемента - **добавление 20 секунд**):

- передача с линии отметки (1 метр) или заступ - **добавление 2 секунд** за каждую передачу;

- незафиксированный мяч - **добавление 5 секунд**;

- невыполнение количества передач - **добавление 3 секунд за каждую передачу**;

При выполнении передач девушками потеря или ловля мяча не считается ошибкой упражнение продолжить, но перед выполнением передачи мяч необходимо подбросить над собой.

