

ЗАДАНИЯ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ЭТАПА ВСЕРОССИЙСКОЙ
ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ ПО ПРЕДМЕТУ
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»
В 2024/25 УЧЕБНОМ ГОДУ
г. Иркутск

Олимпиада по физической культуре проводится в целях выявления и развития у обучающихся творческих способностей и интереса к научной (научно-исследовательской) деятельности, пропаганды научных знаний.

Всероссийская олимпиада школьников представляет собой конкурсное испытание учащихся основной и средней (общей) школы - юношей и девушек (раздельно). Форма проведения олимпиады – *очная*. При проведении олимпиады допускается использование информационно-коммуникационных технологий в части организации выполнения олимпиадных заданий, анализа и показа олимпиадных заданий, процедуры апелляции при условии соблюдения требований законодательства Российской Федерации в области защиты персональных данных.

Муниципальный этап олимпиады состоит из двух видов индивидуальных испытаний участников – *теоретико-методического* и *практического характера*, основанных на содержании образовательной программы основного общего и среднего общего образования, углубленного уровня изучения предмета «Физическая культура». Теоретико-методическое испытание заключается в ответах на тестовые вопросы. Тематика вопросов соответствует требованиям к уровню знаний выпускников основной и средней (общей) школы, углубленного уровня изучения предмета «Физическая культура».

Теоретико-методическое испытание является обязательным и заключается в решении заданий в тестовой форме. Продолжительность теоретико-методического испытания для всех групп участников – не более 45 (сорока пяти) минут.

Практические испытания заключаются в выполнении упражнений базовой части школьной примерной программы по предмету «Физическая культура» по разделам: гимнастика, спортивные игры (баскетбол, футбол, волейбол, гандбол или флорбол), легкая атлетика (бег на выносливость, бег на короткие дистанции, прыжки, метания), прикладная физическая культура.

СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ (МИНИ-ФУТБОЛ, БАСКЕТБОЛ)

Девушки и юноши 7-8 классы

Руководство для проведения испытаний состоит из: назначенного представителя оргкомитета; председателя предметного жюри; главного судьи; судьи на этапах. Участники должны быть одеты в спортивные шорты, футболку и кроссовки. Использование украшений не допускается. При нарушении требований к спортивной форме участник может быть наказан штрафом (10 секунд к результату) или не допущен к испытаниям.

Для проведения испытаний участники распределяются по сменам в соответствии с личным стартовым номером. В каждой смене выступает 6 человек. Мальчики и девочки выполняют олимпиадное задание по прикладной физической культуре отдельно. Перед началом испытаний должны быть названы фамилия, имя, школа и стартовый номер участника.

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

Мини-Футбол

Участник находится на углу баскетбольной площадки, на старте, расположенном с правой стороны от ворот для игры в мини-футбол. По сигналу судьи участник начинает движение к **футбольному мячу №1**. Затем обводит стойку **№1** с правой стороны и ведет мяч к **стойке №2**, обводит ее с левой стороны и ведет мяч к **стойке №3**, которую обводит с правой стороны. Выполнив обводку стойки **№3** с правой стороны, участник кратчайшим путем выполняет ведение мяча к зоне удара и выполняет удар мячом по воротам из зоны удара правой ногой. Выполнив удар мячом по воротам, участник направляется к неподвижному мячу **№2** и выполняет удар мячом по воротам правой ногой верхом. Далее участник перемещается к неподвижному мячу **№3** и выполняет удар мячом по воротам левой ногой верхом.

Выполнив удар мячом **№3** по воротам левой ногой, участник перемещается к футбольному мячу **№4** и выполняет обводку стойки **№4** с левой стороны, затем обводит стойку **№5** с правой стороны и стойку **№6** с левой стороны. Выполнив обводку стойки **№6** с левой стороны, участник кратчайшим путем выполняет ведение мяча к зоне удара и выполняет удар по воротам из зоны удара левой ногой.

Баскетбол

Выполнив удар **футбольным мячом №4** по воротам, участник кратчайшим путем бежит к **баскетбольному мячу №1**, берет мяч и обводит стойку **№7** с правой стороны дальней (правой) рукой от стойки, переводит мяч в левую руку и выполняет ведение мяча к стойке **№8**, обводит ее с левой стороны дальней (левой) рукой от стойки, переводит мяч в правую руку и обводит стойку **№9** с правой стороны дальней (правой) рукой от стойки. Далее, кратчайшим путем ведет мяч правой рукой к контрольной линии, расположенной на углу трапеции для выполнения броска мяча по кольцу со средней дистанции. Выполняет бросок мяча по кольцу со средней дистанции и перемещается к мячу **№2**, берет мяч и обводит стойку **№10** с правой стороны дальней (правой) рукой от стойки. Далее, кратчайшим путем ведет мяч правой рукой к баскетбольному кольцу и выполняет бросок мяча по кольцу правой рукой, используя двушажную технику.

Выполнив бросок по кольцу мячом **№2**, участник кратчайшим путем перемещается к баскетбольному мячу **№3**, берет мяч и ведет его левой рукой к стойке **№11**, обводит ее с левой стороны дальней (левой) рукой от стойки, переводит мяч в правую руку и выполняет ведение к стойке **№12**, обводит ее с правой стороны дальней (правой) рукой от стойки, переводит мяч в левую руку и обводит стойку **№13** с левой стороны дальней (левой) рукой от стойки. Далее, кратчайшим путем ведет мяч левой рукой к контрольной линии, расположенной на углу трапеции для выполнения броска мяча по кольцу со средней дистанции. Выполняет бросок мяча по кольцу со средней дистанции и перемещается к мячу **№4**, берет мяч и обводит стойку **№14** с левой стороны дальней (левой) рукой от стойки. Далее, кратчайшим путем ведет мяч левой рукой к баскетбольному кольцу и выполняет бросок мяча по кольцу левой рукой, используя двушажную технику.

После выполнения броска по кольцу левой рукой, конкурсное испытание считается законченным. Остановка секундомера осуществляется в момент касания мяча площадки.

Время, затраченное участником на выполнение конкурсного испытания, определяется с точностью до 0,01 с.

СТАРТ ФИНИШ	Место начала и окончания выполнения конкурсного испытания
	Стойка
	Направление движения с мячом
	Направление движения без мяча
	Направление полета мяча
	Мяч баскетбольный
	Мяч для мини-футбола
	Контрольная линия для выполнения броска со средней дистанции
	Ворота для мини-футбола

Полоса препятствий

Задание № 1

«Бросок медицинского мяча»

ЗАДАНИЕ: выполнить бросок медицинбола любым способом из положения, сидя на полу

УСЛОВИЯ ВЫПОЛНЕНИЯ: Участник находится в положении сидя на гимнастическом мате, пятками касается линии старта, ноги разведены врозь на ширину не более 50 см, мяч находится в руках. По сигналу судьи участник выполняет бросок. Мяч должен попасть в гимнастический мат, расположенный на полу на расстоянии от линии старта для 7-8 классов - 3 м, вес мяча: 7-8 класс – 1 кг.

Оценивается: дальность и точность броска

Задание № 2

«Змейкой»

Задание: Последовательное, оббегание всех стоек.

Условия выполнения: 11 конусов. Расстояние между конусами в длину и ширину - 2 м. Стойки № 1, 3, 5, 7, 9, 11 обегают слева, стойки № 2, 4, 6, 8, 10 обегают справа.

Оценивается: быстрота и уровень развития двигательных-координационных способностей.

Задание № 3

«Метание мяча в цель»

Задание: Последовательное выполнение метания теннисных мячей в цель

Условия выполнения: Мячи для метания находятся в зоне для броска 1м х1м в центре зала. Участник последовательно выполняет метание в баскетбольный щит.

Оценивается: меткость

Задание № 4

«Выпрыгивание вверх»

Задание: Выполнить упражнение: упор присев – упор, лежа – упор присев – прыжок вверх. Учащиеся 7-8 классов 3 раза.

Условия выполнения: Участник прибегает в сектор для прыжков, расположенный в углу волейбольной площадки, размером 2,5 м х 2,5 м. Принимает исходное положение «упор присев» и начинает выполнять последовательно упражнение.

Оценивается: скоростно-силовые качества

