

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Муниципальный этап

2024\2025 учебный год

Практическое испытание

ГИМНАСТИКА

1. Требования к участникам

1.1. Девушки могут быть одеты в купальники, комбинезоны или футболки с короткими или длинными лосинами, а также со спортивными шортами с открытыми коленями.

1.2. Юноши могут быть одеты в гимнастические майки, ширина лямки которых не должна превышать 4 см, гимнастическое трико или спортивные шорты с открытыми коленями. Футболки и майки не должны быть надеты поверх шорт или трико.

1.3. Участники испытаний могут выполнять упражнения в носках, гимнастических тапочках (чешках) или босиком.

1.4. Нарушение требований к спортивной форме наказывается сбавкой 0,5 балла с итоговой оценки участника.

2. Порядок выступлений

2.1. Испытания девочек и мальчиков проводятся в виде выполнения обязательного акробатического упражнения.

2.2. Участник имеет право **на одну попытку**, в ходе которой он должен выполнить упражнение **полностью**.

2.3. В случае изменения установленной последовательности элементов, упражнение не оценивается, и участник получает **0,0** балла.

2.4. Если участник не сумел выполнить какой-либо элемент, производится сбавка, равная его стоимости.

2.5. Выполняемое упражнение должно иметь чётко выраженные начало и окончание и должно выполняться без неоправданных пауз с фиксацией статических элементов, указанных как «**держать**» – не менее **2** секунд, «**обозначить**» – не менее **1** секунды.

2.6. Судьи оценивают качество выполнения упражнений в сравнении с идеально возможным вариантом выполнения, учитывая требования к технике и стилю исполнения отдельных элементов. Выполнение упражнения оценивается судейской бригадой, состоящей из **3 (трёх) человек**.

2.7. Прежде чем участник начнёт своё выступление, арбитр должен чётко объявить его фамилию и имя. После вызова у участника есть 30 секунд, чтобы начать упражнение. Упражнение, выполненное без вызова, не оценивается.

Акробатическое упражнение, 9–11 классы (девушки)

№	Упражнение	Баллы
	И.п. – основная стойка	
1	Шагом одной, прыжок со сменой согнутых ног вперёд («козлик») – шагом одной, прыжок со сменой прямых ног вперёд («ножницы»), приставить правую (левую), основная стойка.	0,5 + 0,5
2	Шагом вперёд – переднее равновесие, руки в стороны («ласточка»), держать, приставить правую (левую) в стойку, руки вверх.	1,0
3	Махом одной, толчком другой два переворота в сторону (колёса) в широкую стойку ноги врозь, руки в стороны, повернуться направо (налево) – приставить левую (правую) в упор присев.	1,0 + 1,0
4	Перекат назад в группировке и перекатом вперёд сед согнув ноги – лечь на спину, руки вверх – согнуть руки и ноги, встать в мост, держать – согнуть руки и ноги, лечь на спину – выпрямить ноги, руки вверх – сед согнув ноги – сед углом, руки в стороны, держать – перекат назад в стойку на лопатках без помощи рук, держать.	1,0 + 1,0 + 0,5
5	Перекат вперед в упор присев – кувырок назад в упор стоя согнувшись – кувырок назад согнувшись, выпрямиться в основную стойку.	0,5 + 1,0
6	«Старт пловца» – кувырок вперёд прыжком – прыжок вверх с поворотом на 360°.	1,0 + 1,0
	Итого	10 баллов

Акробатическое упражнение, 9–11 классы (юноши)

№	Упражнение	Баллы
	И. п. – основная стойка	
1	Шагом вперёд переднее равновесие, руки в стороны («ласточка»), держать, приставить правую (левую) в стойку, руки вверх.	1,0
2	Махом одной, толчком другой два переворота в сторону (колёса) в широкую стойку ноги врозь, руки в стороны, повернуться направо (налево) – приставить левую (правую) в упор присев	1,0 + 1,0
3	Силой, сгибая ноги, стойка на голове и руках, держать – опуститься в упор присев.	1,0
4	Кувырок назад в упор стоя согнувшись – кувырок назад согнувшись, выпрямиться в основную стойку.	0,5 + 0,5
5	Прыжком, широкая стойка ноги врозь, руки в стороны – наклон прогнувшись, обозначить – кувырок вперёд в сед согнув ноги – сед углом, руки в стороны, держать – перекат назад в стойку на лопатках без помощи рук, держать – перекат вперёд в упор присев, встать.	1,0 + 1,0
6	Шагом одной, прыжок со сменой прямых ног вперёд («ножницы»), руки в стороны – приставить правую (левую) – «старт пловца» – кувырок вперёд прыжком – прыжок вверх с поворотом на 360°.	1,0 + 1,0 + 1,0
	Итого	10 баллов

**ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЕ**

**Муниципальный этап
2024\2025 учебный год**

*Критерии оценивания практических испытаний МЭ ВсОШ
по предмету: ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА*

1. ГИМНАСТИКА

1.1. Оценка исполнения упражнений

При выведении оценки за исполнение каждый судья суммирует сбавки за ошибки, допущенные участником при выполнении элементов и соединений, вычитая их из 10,0 баллов. **Максимально возможная окончательная оценка – 10,0 баллов.**

1.2. Ошибки исполнения могут быть

- мелкими – 0,1-0,2 балла;
- средними – 0,3-0,4 балла;
- грубыми – 0,5 балла.

1.3. При выставлении оценки большая и меньшая из оценок судей отбрасываются, а оставшаяся оценка идёт в зачёт.

1.4. Оценка за исполнение упражнения выставляется арбитром с точностью до 0,1 балла.

1.5 Основные сбавки за нарушения техники выполнения отдельных элементов:

№	Ошибки исполнения	Сбавки
1	Сильное, до неузнаваемости, искажение элемента	стоимость элемента
2	Выполнение элементов с неполной амплитудой, недостаточная высота полётной фазы прыжков, искажение рабочей осанки, неточное положение туловища, сгибание и/или разведение рук и ног	до 0,5 балла
3	Отсутствие слитности, неоправданные задержки между элементами	до 0,3 балла каждый раз
4	Остановка при выполнении упражнения более 5 секунд	Упражнение прекращается и оценивается его выполненная часть
5	Фиксация статического положения, указанного как «держат», менее 2 секунд	стоимость элемента
6	Ошибки приземления при завершении	

	элемента или упражнения в целом: – переступание и незначительное смещение шагом; – широкий шаг или прыжок; – касание пола одной рукой, падение	– 0,1 балла – 0,3 балла – 0,5 балла
7	Выход за пределы акробатической дорожки	0,5 балла
8	Отсутствие чётко выраженного начала или окончания упражнения	0,3 балла
9	Повторное выполнение упражнения после неудачного начала	0,5 балла
10	Нарушение требований к спортивной форме	0,5 балла с окончательной оценки

1.6. Подведение итогов.

Итоги испытания оцениваются по формуле:

$X_i = K \times N_i \div M$, где

X_i – зачётный балл i -го участника;

K – максимально возможный зачётный балл в конкретном задании (по регламенту – 20,0 баллов);

N_i – результат i -го участника в конкретном задании;

M – максимально возможный результат (10,00 баллов).

Например, результат участника составил 9 баллов ($N_i = 9,0$). Согласно настоящим критериям и методике оценивания максимально возможный результат составляет 10,00 баллов ($M=10$), максимально возможный зачётный балл по регламенту составляет 20 баллов ($K = 20$). Подставляем в формулу значения N_i , K и M и получаем зачётный балл:

$X_i = 20 \times 9 \div 10 = 18$ баллов.

Зачётные баллы определяются с точностью до десятых долей.