

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП
2025/ 2026 УЧЕБНЫЙ ГОД

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 2025/26 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. – ноги врозь, руки вверх		
1.	Наклоном назад «мост»	1,5
2.	Поворот налево (направо) кругом в упор присев	0,5
3.	Стойка на голове и руках согнув ноги, опуская ноги упор присев	1
4.	Встать, руки вверх. Шагом одной два переворота в сторону в стойку ноги врозь, руки в стороны	2,5

5.	Махом правой (левой) фронтальное равновесие с захватом	1,5
6.	Приставляя ногу, поворот плечом вперед в «старт пловца»	0,5
7.	Кувырок вперед прыжком в упор присев	1
8.	Перекатом назад стойка на лопатках без опоры (держат)	1
9.	Перекатом вперед упор присев. Прыжок вверх с поворотом 180°	0,5
		10,0

9-11 КЛАСС (ЮНОШИ)

№ п/п	Элементы и соединения	«Стоимость» в баллах
И.П. – О.С.		
1.	Стойка на голове и руках (держат)	1,5
2.	Кувырок вперед в сед углом, руки в стороны (держат)	1,5
3.	Упор лежа сзади и поворот кругом в упор лежа, прыжком в упор присев	1,5
4.	Встать руки в стороны, фронтальное равновесие с захватом (держат)	1,5
5.	Выпрямляя руки вверх, два переворота в сторону «колесо» в стойку ноги врозь	3
6.	Поворот плечом вперед и прыжок вверх с поворотом на 360°	1
		10,0