

**ТЕКСТЫ ЗАДАНИЙ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ЭТАПА  
ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ  
ШКОЛЬНИКОВ ПО ПРЕДМЕТУ  
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»  
В 2016-2017 УЧЕБНОМ ГОДУ  
(ПРАКТИЧЕСКИЕ ИСПЫТАНИЯ)**

**25-26 ноября 2016 г.**

## ПРОГРАММА

**муниципального этапа Всероссийской олимпиады школьников по предмету «Физическая культура» в Пермском крае в 2016– 2017 учебном году**  
**срок проведения: 25 ноября – 26 ноября 2016 года**

Задание составлено на основе методических рекомендаций центральной предметно-методической комиссии Всероссийской олимпиады школьников по предмету «Физическая культура» в 2016-2017 учебном году электронная почта ([nnch01@mail.ru](mailto:nnch01@mail.ru)).

### Содержание конкурсных испытаний

Олимпиадные задания разработаны отдельно для юношей и девушек в двух возрастных группах обучающихся:

1 группа – 7-8 классы;

2 группа – 9-11 классы.

Конкурсное испытание состоит из заданий теоретико-методического и практического характера, основанных на содержании образовательной программы основного и общего и среднего общего образования углубленного уровня по образовательной области «Физическая культура».

Теоретико-методическое испытание заключается в ответах на тестовые вопросы. Тематика вопросов соответствует требованиям к уровню знаний юношей и девушек в двух возрастных группах основной и средней (полной) школы, углубленного изучения предмета «Физическая культура».

Практическое испытание заключается в выполнении заданий по разделам: гимнастика, прикладная физическая культура (полоса препятствий), легкая атлетика.

### І. ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ

**ГИМНАСТИКА (акробатика)**  
**девочки и мальчики 7-8 классов,**  
**девушки и юноши 9-11 классов**

### ПРОГРАММА ИСПЫТАНИЙ

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 **0,0** баллов.

Если участник не сумел выполнить какой-либо элемент или соединение, включенное в упражнение, или заменил их другими, оценка снижается на указанную в программе стоимость элемента или соединения, включающего данный элемент.

Упражнения должны иметь четко выраженное начало и окончание, выполняться со сменой направления, динамично, слитно, без неоправданных пауз. Фиксация статических элементов не менее **2** секунд.

Судьи оценивают качество выполнения упражнения в сравнении с идеально возможным вариантом исполнения.

Общая стоимость всех выполненных элементов и соединений составляет максимально возможную оценку за трудность упражнения, равную **10,0 баллам**. К оценке за трудность добавляется оценка за исполнение упражнения, равная **10,0 баллам**, из которой вычитаются сбавки за ошибки в технике выполнения отдельных элементов. Из полученной суммы вычитываются сбавки за нарушение требований к спортивной форме, продолжительности и композиционной целостности упражнения.

Таким образом, **окончательная оценка участника составит 20,0 баллов.**

## ДЕВОЧКИ (7-8 классы)

И.п. – основная стойка.

1. Дугами вперед руки в стороны и шагом вперед равновесие на правой (левой) («ласточка»), держать **(1,0 балл)** – кувырок вперед - **(0,5 балла)**;
2. Встать и шагом вперед прыжок со сменой согнутых ног («козлик») – **(0,5 балла)**;
3. Шаг вперед и вторым шагом одноименный поворот на 180°, сгибая свободную ногу вперед - **(0,5 балла)**;
4. Шагом вперед кувырок вперед в упор присев **(0,5 балла)** - перекаат назад в стойку на лопатках без помощи рук, держать **(1,0 балл)** – перекаат вперед согнувшись в сед с наклоном вперед, руки вверх, держать **(0,5 балла)**;
5. Кувырок назад **(0,5 балла)** - кувырок назад в упор стоя согнувшись **(0,5 балла)** – встать в стойку руки вверх и отставляя правую (левую) на шаг в сторону, стойка ноги врозь – наклоном назад – мост, держать **(0,5 балла)** – поворот направо (налево) кругом в упор присев;
6. Кувырок вперед в сед в группировке – сед углом, руки в стороны, держать **(0,5 балла)** – сед наклон вперед, обозначить, кувырок назад в группировке – прыжок вверх с поворотом на 180° **(0,5 балла)**;
7. Махом одной, толчком другой два переворота в сторону («колеса») **(1,0 + 1,0 балл)** в стойку ноги врозь – приставляя ногу, поворот в сторону движения - кувырок вперед прыжком **(0,5 балла)** - прыжок вверх ноги врозь **(0,5 балла)**.

## ДЕВУШКИ (9-11классы)

И.п. – основная стойка.

1. Шагом вперед равновесие на правой (левой), руки в стороны, держать **(1,0 балл)** – приставляя ногу, выпрямиться в стойку руки вверх- кувырок вперед в упор присев **(0,5 балла)**;
2. Встать и шагом вперед прыжок со сменой согнутых ног («козлик») – **0,5 балла** - шаг вперед и прыжок со сменой прямых ног вперед («ножницы») – **(0,5 балла)** - шаг вперед;
3. Шаг вперед и вторым шагом одноименный поворот на 360°, сгибая свободную ногу вперед - **(0,5 балла)** – шаг вперед, махом вперед поворот кругом;
4. Махом одной, толчком другой два переворота в сторону («колеса») **(1,0 + 1,0 балл)** в стойку ноги врозь – приставляя ногу, поворот в сторону движения - кувырок вперед прыжком – прыжок вверх с поворотом на 360° **(0,5 балла)**;
5. Кувырок назад **(0,5 балла)** – кувырок назад в упор стоя согнувшись **(0,5 балла)** – встать в стойку руки вверх и отставляя правую (левую) на шаг в сторону, стойка ноги врозь – наклоном назад – мост, держать **(0,5 балла)** – поворот кругом в упор присев
6. Перекаат назад в стойку на лопатках без помощи рук, держать **(0,5 балла)** – перекаат в упор присев **(0,5 балла)**;
7. Кувырок вперед в сед в группировке – сед углом ноги врозь (обозначить) – соединить ноги, руки в стороны, держать **(0,5 балла)** – поворот кругом в упор лежа и толчком ног в упор присев, выпрямиться в стойку, руки вверх **(0,5 балла)**;

8. Два – три шага разбега и кувырок вперед прыжком - прыжок вверх с поворотом на 360° **(1,0 балл)**.

### МАЛЬЧИКИ (7-8 классы)

И.п. – основная стойка.

1. Из упора присев силой стойка на голове и руках, держать согнуть ноги опуститься в упор присев **(1,0 балл)**;

2. Встать и шагом вперёд равновесие на правой (левой), руки в стороны, держать **(1,0 балл)** – приставляя ногу, выпрямиться в стойку руки вверх – кувырок вперёд прыжком – прыжок вверх с поворотом на 360° **(1,0 балл)**;

3. Махом одной, толчком другой два переворота в сторону («колеса») в стойку ноги врозь, руки в стороны, и приставляя ногу, поворот на 90° спиной к направлению движения **(1,0 + 1,0 балл)**;

4. Кувырок вперёд в упор присев - перекат назад в стойку на лопатках с помощью рук, держать **(1,0 балл)** – перекат вперед согнувшись в сед с наклоном вперед, руки вверх **(0,5 балла)**;

5. Кувырок назад – кувырок назад в упор стоя согнувшись **(1,0 балл)** – выпрямляясь, стойка руки вверх;

6. Шаг вперёд и прыжок в группировке **(1,0 балл)** – кувырок вперёд прыжком – прыжок вверх прогнувшись ноги врозь **(1,5 балла)**.

### ЮНОШИ (9-11классы)

И.п. – основная стойка.

1. Шагом правой (левой) вперёд, равновесие («ласточка») на правой (левой), руки в стороны, держать **(0,5 балла)** – приставляя ногу, выпрямиться в стойку руки в вверх

2. Махом одной, толчком другой стойка на руках, обозначить – кувырок вперёд в стойку руки вверх **(1,0 балл)** – два переворота в сторону («колесо») в стойку ноги врозь, руки в стороны **(1,0 + 1,0 балл)**;

3. Приставляя ногу, повернуться спиной к направлению движения - два шага вперед - прыжок в группировке **(0,5 балла)** - кувырок вперед прыжком и прыжок вверх с поворотом на 360° **(1,0 балл)** – кувырок вперёд – прыжок вверх с поворотом на 360° **(1,0 балл)**;

4. Из стойки ноги врозь наклон вперед прогнувшись, руки в стороны – обозначить **(0,5 балла)** - силой стойка на голове и руках, держать – опуститься в упор лёжа и повернуться направо (налево) кругом в упор лежа сзади **(1,0балл)**;

5. Перекат в группировке в упор присев **(0,5 балла)**;

6. Кувырок назад **(0,5 балла)** – кувырок назад в упор стоя согнувшись **(0,5 балла)** – выпрямляясь, стойка руки вверх;

7. Два-три шага разбега - кувырок вперед прыжком – прыжок вверх прогнувшись **(1,0 балла)** - кувырок вперёд прыжком – прыжок вверх прогнувшись ноги врозь **(0,5 балла)**.

# РЕГЛАМЕНТ КОНКУРСНОГО ИСПЫТАНИЯ ПО ГИМНАСТИКЕ

## 1. Участники

- 1.1. Девушки могут быть одеты в купальники, комбинезоны или футболки с «лосинами». Раздельные купальники запрещены.
- 1.2. Юноши могут быть одеты в гимнастические майки или футболки, гимнастическое трико должно плотно облегать ноги, а спортивные шорты не должны закрывать колени.
- 1.3. Футболки и майки не должны быть одеты поверх шорт, трико или «лосин».
- 1.4. Упражнение может выполняться в носках, гимнастических тапочках («чешках») или босиком.
- 1.5. Использование украшений и часов не допускается.
- 1.6. Нарушение требований к спортивной форме наказывается сбавкой 0,5 балла с итоговой оценки участника.

## 2. Порядок выступлений

- 2.1. Для проведения испытаний участники распределяются по сменам, в соответствии с личным стартовым номером.
- 2.2. Перед началом испытаний при формировании очередной смены каждый участник должен предъявить судье при участниках документ, удостоверяющий личность.
- 2.3. В каждой смене участники выполняют акробатическое упражнение в порядке, определяемым стартовым протоколом.
- 2.4. Для выполнения упражнения участникам предоставляется только одна попытка.
- 2.5. Прежде чем участник начнет свое выступление, должны быть четко объявлены его фамилия и имя. После вызова у участника есть **20 секунд**, чтобы начать выполнение упражнения. Упражнение, выполненное без вызова, не оценивается.
- 2.6. Если акробатическое упражнение выполняется юношами и девушками более **1 мин 10 секунд**, оно прекращается и оценивается только выполненная часть. За **10 секунд**, до окончания указанного времени подается предупреждающий сигнал.
- 2.7. Если участник при выполнении упражнения допустил неоправданную паузу более **5 секунд**, упражнение прекращается и оценивается только выполненная часть.
- 2.8. Упражнение должно иметь четко выраженное начало и окончание. При нарушении данного требования производится сбавка **0,5 балла**.
- 2.9. Оценка действий участника начинается с момента принятия исходного положения на акробатической дорожке (гимнастическом настиле) и заканчивается фиксацией основной стойки после окончания упражнения. Сигналом готовности участника к началу выступления служит поднятая вверх рука.
- 2.10. Оказанная участнику при выполнении упражнения помощь наказывается сбавкой **1,0 балл**.
- 2.11. Представителям делегаций не разрешается разговаривать, вести фото- и видеосъемку во время выполнения упражнения. Мобильные телефоны должны быть выключены.
- 2.12. Все участники одной смены должны находиться в специально отведенном для них месте. Их поведение не должно мешать другим участникам.
- 2.13. За нарушения, указанные в п. 2.11 – Главный судья имеет право удалить представителя делегации из зала. За нарушение, предусмотренное п. 2.12, имеет

право наказать участника снижением оценки на **0,5 балла**, а в случае повторного 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 гимнастического оборудования, произошедшая в процессе выступления; неполадки в работе общего оборудования – освещения, задымление помещения и т.п.; появление на акробатической дорожке (ковре) или в непосредственной близости от него посторонних предметов, создающих опасную ситуацию.

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 свое упражнение сначала, после выступления всех участников данной смены.

3.4. Если выступление прервано по вине участника, повторное выполнение упражнения не разрешается.

### **4. Разминка**

4.1. Перед началом выступлений участникам предоставляется разминка из расчёта не более **20 секунд** на одного человека.

### **5. Судейская бригада**

5.1. Для руководства испытаниями назначается судейское жюри.

5.2. Жюри состоит из Главного судьи и двух судейских бригад, каждую из которых возглавляет арбитр.

5.3 Бригада «А», оценивает трудность выполненного упражнения, бригада «В» технику и стиль исполнения.

### **6. Оценка исполнения**

6.1. Все исполняемые участниками элементы должны выполняться технически правильно, в соответствии с требованиями гимнастического стиля.

6.2. Судьи оценивают качество выполнения упражнения в сравнении с идеально возможным вариантом, учитывая современные требования к технике и стилю исполнения отдельных элементов.

6.3. При выставлении оценки за исполнение каждый из судей вычитает из **10,0** баллов сбавки, за допущенные участником при выполнении элементов и соединений.

6.4. Ошибки исполнения могут быть: мелкими – **0,1-0,2** балла, средними – **0,3-0,4** балла, грубыми – **0,5** балла. Ошибка невыполнения элемента – **снимается стоимость элемента**. Падение и выход за пределы акробатической дорожки наказываются сбавкой – **1** балл.

6.5. К основным ошибкам, которые наказываются сбавкой, равной стоимости акробатического элемента, относятся:

- нарушение техники исполнения элемента или соединения, приводящее к сильному, до неузнаваемости его искажению;
- потеря равновесия, приводящая к падению;
- фиксация статического элемента менее **2** секунд;
- при выполнении прыжков – приземление не на стопы.

## 7. Оборудование

7.1. Акробатическое упражнение выполняется на дорожке или гимнастическом настиле толщиной не менее 3см, размером не менее **12** метров в длину и **1,5** метра в ширину.

7.2. Вокруг акробатической дорожки должна иметься зона безопасности шириной не менее **1,0 метра**, полностью свободная от посторонних предметов.

## 8. Протесты

8.1. Протест подается самим участником в письменном виде на оценку своего выступления в порядке, установленном Жюри олимпиады. Протесты, поданные на оценки других участников, не рассматриваются.

8.2. Протест может быть подан на оценку, выставленную бригадой «А» за трудность упражнения. Протест на оценку бригады «В» за исполнение и специальные сбавки Председателя судейского жюри не принимаются.

## ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

(полоса препятствий)

Девушки и юноши 7-8 и 9-11 классов

### Программа испытаний

Испытания состоят из преодоления с учетом времени комплексной полосы препятствий, составленной для **девушек и юношей 7-8-х 9-11-х классов из шести двигательных заданий**, требующих выполнения двигательных навыков прикладного характера проявления быстроты, точности, скоростно-силовых и двигательных-координационных способностей. Участник стартует с линии старта и, последовательно преодолевая препятствия, финиширует после выполнения броска мяча в кольцо, используя двушажную технику. Остановка секундомера осуществляется в момент касания мячом площадки после броска в корзину (в случае непопадания участник не имеет право добивать и на дополнительные попытки).

### Девушки и юноши 7-8-х и 9-11-х классов

#### Задание 1. «Прыжок в длину с места»

**УСЛОВИЯ ВЫПОЛНЕНИЯ:** Линия старта - линия отталкивания; зоны приземления с контрольной разметкой.

**ЗАДАНИЕ:** выполнить прыжок в длину с места толчком двумя ногами, приземлившись в диапазоне:

**группа 7-8 классы** (мальчики – 200 см, девочки – 175 см);

**группа 9-11 классы** (юноши -230 см, девушки – 185 см).

**ОЦЕНИВАЕТСЯ:** дальность приземления.

**ШТРАФЫ:**

1.Приземление меньше:

мальчики – 200 см, девочки – 175 см: **группа 7-8 классы. - + 5 сек.**

юноши – 230 см, девушки – 185 см: **группа 9-11классы.** - + 5 сек.

2. Касание или заступ за линию отталкивания - + 5 сек;

3. Невыполнение задания - + 30 сек.

### **Задание 2. «Акробатика»**

**УСЛОВИЯ ВЫПОЛНЕНИЯ:** дорожка из гимнастических матов.

**ЗАДАНИЕ:** выполнить максимально быстро подряд три кувырка вперед.

**ОЦЕНИВАЕТСЯ:** уровень развития двигательных-координационных способностей.

**УКАЗАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ:**

1. Кувырки необходимо выполнять по прямой линии;

2. Кувырки необходимо выполнять без неоправданных пауз и потери темпа.

**ШТРАФЫ:**

1. Невыполнение одного из кувырков оценивается штрафом (каждый кувырок) - + 5 сек;

2. Выход за пределы дорожки из гимнастических матов - + 5сек;

3. Невыполнение задания - + 30сек.

### **Задание 3. «Прыжки через барьеры»**

**УСЛОВИЯ ВЫПОЛНЕНИЯ:** 5 барьеров высотой от 45-50см. Расстояние между барьерами 50 см.

**ЗАДАНИЕ:** выполнить 5 прыжков подряд через барьеры.

**ОЦЕНИВАЕТСЯ:** навык выполнения прыжков через барьеры и уровень развития двигательных-координационных способностей.

**УКАЗАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ:**

1. Прыжки необходимо выполнять с одновременным отталкиванием двух ног с места, с одновременным приземлением на обе ноги;

2. Прыжки необходимо выполнять без неоправданных пауз и потери темпа.

**ШТРАФЫ:**

1. Участник не выполнил один или несколько прыжков - + 5 сек (за каждый прыжок);

2. Участник прыгнул неуказанным способом - + 5 сек (за каждый прыжок);

3. Участник задел барьеры во время прыжка - + 5 сек (за каждый барьер);

4. Невыполнение задания – +30 сек.



#### **Задание 4. «Змейка»**

**УСЛОВИЯ ВЫПОЛНЕНИЯ:** 10 конусов высотой 45- 50 см. Расстояние между конусами: ширина 5 м, длина 1м.

**ЗАДАНИЕ:** выполнить последовательное оббегание конусов в следующем порядке: конус №1 с левой стороны, конус № 2 с правой стороны, конус №3 с левой стороны, конус № 4 с правой стороны и т.д. до 10 конуса, оббегая его с правой стороны.

**ОЦЕНИВАЕТСЯ:** быстрота и уровень развития двигательного-координационных способностей.

**ШТРАФЫ:**

1. Оббегание конуса с неуказанной стороны - + 5сек за каждое;
2. Касание конуса - + 5 сек (за каждое касание);
3. Невыполнение задания – +30 сек.

#### **Задание 5. «Бег по бревну»**

**УСЛОВИЯ ВЫПОЛНЕНИЯ:** среднее гимнастическое бревно высотой не более 50 см с размеченными линиями, квадрат 1м x 1м на жесткой поверхности, размеченный маркировочной лентой, гимнастическая палка.

**ЗАДАНИЕ:** максимально быстро пробежать по гимнастическому бревну с палкой за спину (палка удерживается согнутыми в локтях руками).

**ОЦЕНИВАЕТСЯ:** способность сохранять динамическое равновесие в условиях ограниченной опоры и уровень развития двигательного-координационных способностей.

**УКАЗАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ:**

1. Движение по бревну с палкой начинается с отметки на ближнем к участнику конце бревна и заканчивается заступом за отметку, находящуюся на дальнем конце бревна.
2. После выполнения задания участник должен положить гимнастическую палку в маркированный квадрат.

**ШТРАФЫ:**

4. Начало движения по бревну без палки- + 5 сек;
5. Начало движения по бревну после первой отметки - + 5сек;
6. Окончание движения по бревну до второй отметки - + 5сек;
7. Падение с бревна (касание пола в области перпендикулярных плоскостей начала и конца бревна) - + 10 сек;
8. Потеря палки - + 10 сек;
9. Участник не оставил гимнастическую палку в квадрате - + 5 сек;
10. Невыполнение задания – +30 сек.

## Задание 6. «Ведение баскетбольного мяча»

УСЛОВИЯ ВЫПОЛНЕНИЯ: Баскетбольный мяч находится в нижнем левом углу спортивной площадки между лицевой и боковой линией.

ЗАДАНИЕ: участник берет мяч и, выполняет ведение левой рукой движется к конусу и обводит его с левой стороны, далее переводит мяч на правую руку, ведет мяч к щиту и после чего выполняет бросок, в корзину используя двушажную технику.

ОЦЕНИВАЕТСЯ: техника ведения мяча, точность броска и двушажная техника.

ШТРАФЫ:

1. Техника ведения мяча - пробежка, пронос, двойное ведение, касание конуса – за каждое нарушение - + 1 сек;
2. Оббегание конуса с неуказанной стороны - + 5 сек;
3. Непопадание в кольцо - + 5 сек;
4. Невыполнение двушажной техники - + 5 сек;
5. Невыполнение задания – +30 сек.

## РЕГЛАМЕНТ КОНКУРСНОГО ИСПЫТАНИЯ ПО ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

### 1. Руководство испытаниями

1.1. Руководство для проведения испытания состоит из:

- назначенного представителя жюри;
- главного судьи по испытанию;
- судей на площадке;

### 2. УЧАСТНИКИ

- 2.1. Участники должны быть одеты в спортивные шорты, футболку и кроссовки.
- 2.2. Использование украшений не допускается.
- 2.3. При нарушении требований к спортивной форме участник может быть наказан штрафом (прибавлением **5 секунд**) или не допущен к испытаниям.

### 3. Порядок выступления

3.1. Для проведения испытаний участники распределяются по сменам в соответствии с личным стартовым номером. Перед началом испытаний должны быть названы: фамилия, имя, стартовый номер каждого участника.

3.2. Прежде чем участник начнет свое выступление, должны быть четко объявлены его имя, фамилия. После вызова у участника есть **10 секунд**, чтобы начать выполнение упражнения.

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

3.4. Представителям делегаций не разрешается разговаривать или давать указания участникам во время выполнения упражнения.

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

3.6. За нарушения, указанные в п.п. 3.4. и 3.5. главный судья имеет право наказать участника штрафом **5 секунд** (прибавлением), а в случае грубого нарушения – отстранить от участия в испытаниях.

#### **4. Повторное выступление**

4.1. 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 оборудования: освещение, задымление помещения и т.п.

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

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

4.4. Если выступление прервано по вине участника, повторное выполнение упражнения не разрешается.

#### **5.Разминка**

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

#### **6.Судьи**

6.1. Главный судья определяет составы судейских бригад, оценивающих выступления девушек и юношей.

6.2. Каждая бригада состоит из арбитра и судей.

#### **7. Оборудование**

7.1. Контрольное упражнение выполняется на площадке со специальной разметкой для игры в баскетбол.

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

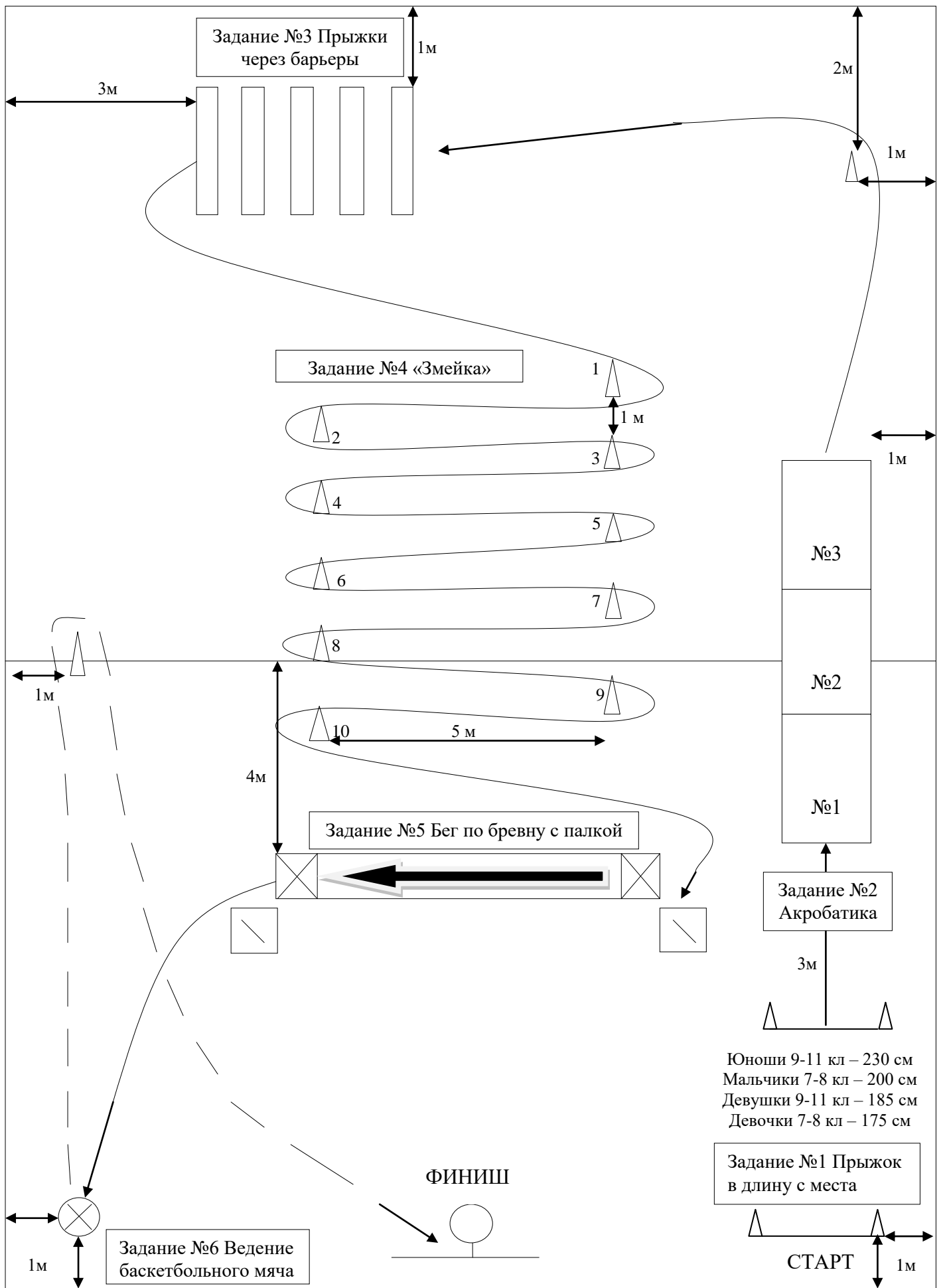
7.3. Гимнастическое бревно (длиной до 5м с размеченными линиями по 40 см), гимнастическая палка (длина не менее 100 см, диаметр не менее 20 мм, вес произвольный), 16 фишек-ориентиров или конусов, 3(три) гимнастических мата, 5 (пять) барьеров, измерительная рулетка; 2 (два) баскетбольных мяча (размер №6 для девочек и девушек, баскетбольный мяч размер №7 для мальчиков и юношей); 2 (два) электронных секундомера, судейский флажок, судейский свисток.

#### **8. Время выступления**

Запуск секундомера осуществляется при начале выполнения задания №1, последовательно преодолевая препятствия, финиширует после выполнения броска мяча в кольцо, используя двушажную технику, остановка секундомера осуществляется в момент касания мячом площадки после броска в корзину (в случае непопадания участник не имеет право добивать мяч и на дополнительные попытки).

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

Победитель определяется по наименьшему времени, затраченному на выполнение всех заданий.



## ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

**Конкурсное испытание заключается в преодолении дистанции:**

**Девушки 7-8 и 9-11 классов: 500 м.**

**Юноши 7-8 и 9-11 классов: 1000 м.**

Фиксируется время преодоления дистанции.

### РЕГЛАМЕНТ КОНКУРСНОГО ИСПЫТАНИЯ ПО ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ

1.1. Руководство для проведения испытания состоит из: назначенного представителя жюри, главного судьи по испытанию, судей.

#### 2. Участники

2.1. Участники должны быть одеты в спортивные шорты (штаны), футболку (куртку) и кроссовки (шиповки).

2.2. Использование украшений не допускается.

2.3. При нарушении требований к спортивной форме участник может быть наказан штрафом (**с прибавлением 5 секунд**) или не допущен к испытаниям.

#### 3. Порядок выступления

3.1. Для проведения испытаний участники распределяются по забегам в соответствии с личным стартовым номером. Перед началом испытаний должны быть названы: фамилия, имя, и стартовый номер каждого участника.

3.2. Прежде чем участник начнет свое выступление, должны быть четко объявлены его фамилия и имя.

3.3. Оценка действий участника начинается с момента принятия исходного положения.

3.4. Представителям делегаций не разрешается разговаривать или давать указания участникам во время выполнения упражнения.

3.5. Все участники одного забега должны находиться в специально отведенном для них месте. Их поведение не должно мешать другим участникам.

3.6. За нарушения, указанные в п.п. 3.4. и 3.5. главный судья имеет право наказать участника штрафом 5 секунд, а в случае грубого нарушения - отстранить от участия в испытаниях.

#### 4. Повторное выступление

4.1. 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 в помещениях и т.п.

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

4.3. Только главный судья имеет право разрешить повторное выполнение упражнения.

4.4. Если выступление прервано по вине участника, повторное выполнение упражнения не разрешается.

#### 5. Разминка

5.1. Перед началом выступлений участникам предоставляется разминка.

## 6. Судьи

6.1. Главный судья определяет составы судейских бригад, оценивающих выступления девушек и юношей.

6.2. Каждая бригада состоит из арбитра и судей.

## 7. Время выступления

Запуск секундомера осуществляется командой стартера (выстрел, отмахка флажком), сигнализирующим старт забега, остановка секундомера осуществляется после пересечения участником линии финиша.

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

Победитель определяется по наименьшему времени, затраченному на выполнение задания.

## 8. Оборудование:

8.1. Испытание выполняется на легкоатлетическом стадионе или в легкоатлетическом манеже.

8.2. При проведении испытаний по легкой атлетике необходимо иметь соответствующее оборудование и инвентарь: секундомеры (не менее двух), номера участников.

## ПРОЦЕДУРА ОЦЕНИВАНИЯ ВЫПОЛНЕННЫХ ЗАДАНИЙ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

В общем зачете муниципального этапа олимпиады определяются победители и призеры. Итоги подводятся отдельно среди юношей и девушек по группам: 7-8 классы и 9-11 классы. Для определения победителей и призеров олимпиады, а также общего рейтинга участников олимпиады, используется 100-бальная система оценки результатов участниками олимпиады. То есть, максимально возможное количество баллов, которое может набрать участник за оба тура олимпиады, составляет **100 баллов.**

**Для муниципального этапа установлены следующие «зачетные» баллы:**

- |                                     |                          |
|-------------------------------------|--------------------------|
| - за теоретико-методическое задание | – максимально 30 баллов; |
| - за гимнастику (акробатика)        | – максимально 25 баллов; |
| - за легкую атлетику                | – максимально 25 баллов; |
| - за прикладную физическую культуру | – максимально 20 баллов. |

***Итоги каждого испытания оцениваются по формулам:***

- **для теоретико- методическое задания и гимнастики (акробатика)**

$$X_i = K * N_i : M$$

- **для легкой атлетики и спортивных игр**

$$X_i = K * M : N_i$$

$X_i$  – «зачетный» балл  $i$  –го участника;

$K$  – максимально возможный «зачетный» балл в конкретном задании (по регламенту);

$N_i$  – результат  $i$  участника в конкретном задании;

М – максимально возможный или лучший результат в конкретном задании.

Например, результат участника в теоретико-методическом задании составил 28 баллов ( $N_i=28$ ) из 50 максимально возможных ( $M=50$ ) **Вероятнее всего при получении теоретико-методического задания этот показатель будет другим и возможно разным для 9-11 классов и 7-8 классов.** «Зачетный» балл за теоретико-методическое задание составляет 30 баллов ( $K=30$ ). Подставляем в формулу значения  $N_i$ ,  $K$ , и  $M$  и получаем:  $X_i = 30 \cdot 28 / 50 = 16,80$  балла. Аналогичным образом рассчитываем «зачетные» баллы по гимнастике (акробатика):  $N_i=17,40$ ,  $M=20,00$  и  $K=25$ . Получаем:  $X_i = 25 \cdot 17,40 / 20 = 21,75$  балла.

Для расчета баллов участника по легкой атлетике необходимо результат перевести в секунды так, например, при  $N_i=3$  мин. 07,25 сек. переводим в секунды 187,25 сек (личный результат участника),  $M=2$  мин. 51,36 сек. переводим в секунды 171,36 сек (наилучший результат в испытании **в каждой возрастной группе этот результат разный**) и  $K=25$  получаем:

$X_i = 25 \cdot 171,36 / 187,25 = 22,88$  балла. Аналогичным образом рассчитываем баллы по спортивным играм:  $N_i=90,25$  сек,  $M=89,36$  сек и  $K=20$ . Получаем:  $X_i = 20 \cdot 89,36 / 90,25 = 19,80$  балла. Личное место участника в общем зачете определяется по сумме баллов, полученных в результате выполнения всех испытаний:

- теоретико-методическое задание – **16,80 балла;**
- гимнастика (акробатика) – **21,75 балла;**
- легкая атлетика – **22,88 балла;**
- спортивные игры – **19,80 балла.**

Итоговый результат участника составляет: **81,23 балла.**

Участник, набравший наибольшую сумму баллов по итогам всех испытаний, является победителем. В случае равных результатов у нескольких участников, победителями признаются все участники, набравшие одинаковое количество баллов. Окончательные результаты всех участников фиксируются в итоговой таблице, представляющей собой ранжированный список участников, расположенных по мере убывания набранных ими баллов. Участники с одинаковыми баллами располагаются в алфавитном порядке. На основании итоговой таблицы и в соответствии с квотой, установленной региональным оргкомитетом, жюри определяет участников регионального этапа Олимпиады.

*К участию в региональном этапе Олимпиады допускаются девушки и юноши 9-10-11 классов общеобразовательных учреждений Пермского края:*

- *победители и призеры муниципального этапа текущего учебного года;*
- *победители и призеры регионального этапа Олимпиады предыдущего учебного года, если они продолжают обучение в образовательном учреждении.*

**Тексты заданий разработаны коллективом центральной предметно-методической комиссии регионального этапа Всероссийской олимпиады школьников по предмету «Физическая культура» под руководством куратора Н.В. Пермяковой**