Время выполнения практического тура 3ч 10 минут.

**2. Практический тур (80%)**

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ

ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП

9 – 11 класс 2024-2025 учебного года

**ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ**

**Гимнастика (40%)**

**9—11 классы**

***1. Участники***

1.1. Юноши могут быть одеты в гимнастические майки, футболки (короткий рукав) трико (лосины) или спортивные шорты, не закрывающие колени. Девушки могут быть одеты в гимнастические купальники (раздельные недопустимы), комбинезоны или футболки с лосинами.

1.2. Футболки и майки не должны быть одеты поверх шорт, трико.

1.3. Упражнение может выполняться в носках, чешках или босиком.

1.4. Использование украшений не допускается.

1.5. Допускается использование тейпов (бандажей, напульсников, наколенников, голеностопов) надёжно закреплённых на теле, в случае открепления, участник несёт личную ответственность, а судьи в праве сделать сбавку.

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

2.3. Прежде чем участник начнёт своё выступление, судья должен чётко и громко объявить его порядковый номер. После вызова у участника есть **20 секунд,** чтобы начать выполнение упражнения. Упражнение, выполненное без вызова, не оценивается.

2.4. Оценка действий участника начинается с момента принятия исходного положения на акробатической дорожке и заканчивается фиксацией основной стойки после окончания упражнения. Сигналом готовности участника к началу выступления служит поднятая вверх рука.

2.5. Представителям делегаций не разрешается присутствовать в гимнастическом зале, должны находиться в специально отведенном для них месте.

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

2.7. За нарушения, указанные в п.п. 2.5 , 2.6. Председатель судейского жюри 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 – освещение, задымление помещения и т.п.; появление на гимнастическом оборудовании или в непосредственной близости от него посторонних объектов, создающих травмоопасную ситуацию.

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

3.3. Только Председатель судейского жюри имеет право разрешить повторное выполнение упражнения. В этом случае участник выполняет своё упражнение сначала, после выступления всех участников своей смены.

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

***4. Разминка***

4.1. Перед началом выступлений участникам предоставляется общая разминка на акробатической дорожке из расчёта **не более 3 минут на одну смену**.

***5. Судьи***

5.1. Для руководства испытаниями назначается судейское жюри.

5.2. Жюри состоит из Председателя и судей оценивающих технику и стиль исполнения. Минимальное количество судей в жюри - три. Для достоверности результата испытания рекомендуемое количество - 5 и более.

***6. Оценка исполнения***

- Испытания проводятся в виде выполнения акробатического упражнения, которое имеет строго обязательный характер.

- Общая стоимость всех выполненных элементов и соединений составляет максимально возможную оценку равную **10 баллам.**

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

- Участники имеют право выполнять упражнение полностью или частично.  
 - Судьи оценивают качество выполнения упражнения в сравнении с  
идеально возможным вариантом, учитывая требования к стилю и технике  
исполнения отдельных элементов.

- Для выполнения упражнения участникам предоставляется одна попытка.

- Упражнение должно иметь четко выраженное начало и окончание, выполняться слитно, без неоправданных пауз. При нарушении данного требования производится сбавка **0,5** балла.

- Если акробатическое упражнение выполняется более **1 минуты 15 секунд** оно прекращается и оценивается только его выполненная часть. **За 10 сек,** до окончания указанного времени, подаётся предупреждающий сигнал.

- Если участник при выполнении упражнения допустил неоправданную, явно выраженную паузу более **7 секунд,** упражнение прекращается и оценивается только его выполненная часть.

- Ошибки исполнения могут быть: мелкими – **0,1** балла, средними –  
**0,3** балла, грубыми – **0,5** балла. Оценивание не выполненного элемента:  
к основным ошибкам, которые наказываются сбавкой равной  
стоимости акробатического элемента, относятся нарушение техники  
исполнения элемента или соединения, приводящее к его искажению до  
неузнаваемости; фиксация статического элемента **менее 2 секунд**; при  
выполнении прыжков - приземление не на стопы.

При выставлении **окончательной оценки участнику** каждый из судей вычитает из **10,0** баллов сбавки за допущенные участником ошибки при выполнении элементов и соединений.Большая и меньшая из оценок судей удаляется, оставшиеся суммируются и делятся на их количество (на примере 5 судей: удаляем большую и меньшую, суммируем три оценки и делим на три)

Сбавки за нарушения техники исполнения отдельных элементов

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Основные ошибки исполнения | С б а в к и |
| 1. | Сильное, до неузнаваемости, искажение обязательного элемента | - стоимость  элемента или соединения |
| 2. | Недостаточная высота полётной фазы прыжков, искажение рабочей осанки | - до 0,5 балла |
| 3. | Отсутствие слитности, неоправданные задержки и паузы между элементами | - до 0,3 балла |
| 4. | Выход за пределы акробатической дорожки | - 1,0 балл |
| 5. | Недостаточная фиксация статических элементов:  «держать» - менее 2 секунд;  «обозначить» – менее 1 секунды | - стоимость элемента или соединения |
| 6. | Ошибки приземления при завершении элемента или упражнения в целом:  - переступание и незначительное смещение шагом | - 0,1 балла |
| - широкий шаг или прыжок | - 0,3 балла |
| - касание пола одной рукой | - 0,5 балла |
| - опора о пол двумя руками, падение | - 1,0 балл |
| 7. | Отсутствие чёткого выраженного начала или окончания упражнения | - 0,5 балла |

**Специальные сбавки за нарушение требований к общему порядку выполнения упражнений**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1. | Повторное выполнение упражнения после неудачного начала | - 0,5 балла |
| 2. | Неоправданная пауза более 7 секунд при выполнении упражнения | - Упражнение прекращается и оценивается его выполненная часть. |
| 3. | Оказание помощи, поддержка при выполнении элементов | - 1,0 балл |
| 4. | Задержка начала упражнения более 20 сек | - 0,5 балла |
| 5. | Задержка начала упражнения более 30 сек | - Упражнение не оценивается |
| 6. | Продолжительность выполнения акробатического упражнения более установленного времени | - упражнение прекращается и оценивается только его выполненная часть |
| 7. | Нарушение требований к спортивной форме | - 0,5 балла |
| 8. | Нарушение участником правил поведения во время проведения испытаний | - После первого предупреждения - сбавка 0,5 балла с  окончательной оценки |

**7. Расхождения между оценками судей**

Расхождение между максимальной и минимальной оценками судей за исполнение не должно превышать **1,0 балла.**

Расхождение между оценкой, идущей в зачёт, и ближней к ней не должно превышать **0,4 балла.**

В случае недопустимого расхождения между оценками судей Председатель судейского жюри собирает всех судей для обсуждения сложившейся ситуации, в результате которого судьи могут изменить свои оценки таким образом, чтобы расхождение стало допустимым.

Если во время обсуждения судьи не смогли прийти к удовлетворительному решению, то Председатель судейского жюри может использовать свою оценку в качестве базовой для выведения окончательной оценки участника.

***8. Оборудование***

Акробатическое упражнение выполняется на дорожке не менее 12 метров в длину и 1,5 метра в ширину. Вокруг акробатической дорожки должна иметься зона безопасности шириной не менее 1,0 метра, полностью свободная от посторонних предметов.

**Комплексное испытание (40 %)**

**9-11 классы юноши**

*Испытания юношей и девушек проводятся в виде выполнения упражнений по спортивным играм,СФП,ОФП..*

Регламент испытания

***1. Участники.***

1.1. Участники должны быть одеты в спортивные шорты или трико, заправленную футболку и спортивную обувь, кроссовки.

1.2. Использование украшений не допускается.

1.3. При нарушении требований к спортивной форме участник может быть наказан **штрафом (прибавлением 10 сек)** или не допущен к испытаниям.

***2. Порядок выступления.***

2.1. Для проведения испытаний участники распределяются по сменам в соответствии с личным стартовым номером. В каждой смене выступает не более 6 человек.

2.2. Прежде чем участник начнёт своё выступление, судья должен чётко и громко объявить его порядковый номер. После вызова у участника есть **20 секунд,** чтобы начать выполнение упражнения.

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

2.4. Представителям команд не разрешается находиться во время выполнения упражнения в спортивном зале.

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

2.6. За нарушения, указанные в п. 2.4. и 2.5., главный судья имеет право наказать участника **штрафом 5 сек**, 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.

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 3 минут на одну смену.

*5. Методические указания к выполнению задания «Комплексное испытание».*

5.1.Все задания выполняются (располагаются) строго последовательно, по периметру спортивного зала (рекомендуется 24×12 м) на безопасном расстоянии от стены.

5.2.Основой для разметки выполнения задания «Комплексное испытание» является разметка баскетбольной площадки.

*5.3.Секундомер включается по команде «марш»/свисток перед выполнением первого задания.*

*5.4.Остановка секундомера осуществляется в момент пересечения линии финиша Участником. Время, затраченное на выполнение испытания, определяется с точностью до 0,01 секунды.* **/смотрите описание/**

5.5.Результатом является общее время выполнения всех упражнений (в секундах с точностью до сотых долей секунды), включая «штрафные» секунды.

5.6.Чем меньше времени затрачено на выполнение упражнения, тем выше результат.

5.7. Не выполнение одного из заданий – штраф **/смотрите описание/.**

***6. Оборудование.***

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

6.2. При стандартных разметках вокруг площадки должна иметься зона безопасности шириной не менее 1 метра, полностью свободная от посторонних предметов.

6.3. Баскетбольные мячи 2шт (№-6,девушки, №7-юноши), флорбольный мяч и клюшка, мяч для метания (теннисный) 3шт.

6.4. Фишки-ориентиры- 9шт, барьеры- 6шт, препятствие - 4шт, гимнастический мат - 1х2м, разметка и дополнительные баскетбольные, флорбольные и теннисные мячи с флорбольными клюшками для разминки.

*7. Оценка испытаний.*

Общая оценка испытания складывается из общего времени выполнения упражнения и штрафного времени.

**Технология подведения итогов олимпиады**

В общем зачете муниципального этапа олимпиады определяются победители и призеры.

Для определения победителей и призеров олимпиады, а также общего рейтинга участников олимпиады, необходимо использовать 100-бальную систему оценки результатов участниками олимпиады. То есть, максимально возможное количество баллов, которое может набрать участник за оба тура олимпиады, составляет 100 баллов. Установить следующие «зачетные» баллы: за теоретико-методическое задание - 20 баллов, за практическое задание по гимнастике - 40 баллов; по спортивным играм – 40 баллов.

**Процедура оценивания выполненных заданий.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Количество  испытаний | Теоретико-методические  испытания | Практические испытания | | Сумма баллов |
| 1 | 2 |
| 3 | 20 | 40 | 40 | 100 |

**Итоги каждого испытания оцениваются по формулам:**

Хi – «зачетный» балл i –го участника;

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

Ni – результат i участника в конкретном задании;

М – максимально возможный или лучший результат в конкретном задании.

Зачетные баллы по теоретико-методическому заданию рассчитываются по формуле (1). Например, результат участника в теоретико-методическом задании составил 33 балла (Ni=33) из 59 *максимально возможных* (М=59).

Организатор муниципального этапа установил максимально возможный зачетный балл по данному заданию в 20 баллов (К=20). Подставляем в формулу (1) значения Ni, К, и М и получаем зачетный балл: Хi= 20\*33:59 =11.2 б. Обращаем ваше внимание, что максимальное количество зачетных баллов за теоретико-методический конкурс (К-20) может получить участник, набравший максимальный результат в данном конкурсе (М-59). Участник, показавший лучший результат, но НЕ набравший в теоретико-методическом конкурсе максимальное количество баллов, НЕ МОЖЕТ получить максимальный зачетный – 20.

Расчет «зачетных» баллов участника по комплексному испытанию проводится по формуле (2), так как лучший результат в этих испытаниях в абсолютном значении меньше результата любого другого участника. Например, при Ni=53,7 сек (личный результат участника), М=44,1 сек (наилучший результат из показанных в испытании) и К = 40 (установлен предметной комиссией) получаем: 40\*44,1:53,7=32,84 б. Таким образом, за лучший результат в испытаниях по комплексному испытанию участник получает максимальный зачётный балл (К-40).

Зачетные баллы по гимнастике (акробатике) рассчитываются по формуле (3):

Где Хi – «зачетный» балл i –го участника;

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

Ni – результат i участника в конкретном задании;

М – лучший результат в испытании.

Например, при Ni=8,7 балла (личный результат участника), М=9,7 балла (лучший результат в испытаниях) и К-40 (установлен предметной комиссией)

Получаем: 40х8,7:9,7=35,87б.

Таким образом, за лучший результат в испытаниях по гимнастике участник получает максимальный зачётный балл (К-40).

Для определения лучших участников в каждом конкурсном испытании результаты ранжируются.

Личное место участника в общем зачете определяется по сумме «зачетных» баллов, полученных в результате выполнения всех испытаний.

Участник, набравший наибольшую сумму «зачетных» баллов по итогам всех испытаний, является победителем. В случае равных результатов у нескольких участников, победителями признаются все участники, набравшие одинаковое количество «зачётных» баллов. При определении призёров участники, набравшие равное количество баллов, ранжируются в алфавитном порядке.

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 организатором муниципального этапов, жюри определяет победителей и призёров соответствующего этапа олимпиады.

Если участник не выступал в каком-либо виде, его итоговый результат не учитывается при ранжировании, при этом может указываться причина  
неучастия, например, «сошёл», «снят врачом», «не явился». В итоговом  
протоколе у него будет место после участников, прошедших все  
конкурсные испытания.

Если участник не явился без уважительной причины на два и более конкурсных испытания, он *НЕ может* в итоговом протоколе иметь статус «участника» олимпиады.

При утверждении результатов этапа организатор этапа олимпиады  
определяет рейтинг победителей и рейтинг призеров от количества  
участвовавших на этапе человек.