

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ 2018-2019
по предмету «Физическая культура»
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП
5-6 КЛАСС
ДЕВУШКИ, ЮНОШИ

ИСПЫТАНИЯ ПО БАСКЕТБОЛУ

1. Участники

- 1.1. Участники должны быть одеты в спортивные шорты, футболку с коротким рукавом или без рукава и 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. Перед началом испытаний должны быть названы: фамилия, имя, район/город и стартовый номер каждого участника.
- 2.2. Прежде чем участник начнет свое выступление, должны быть четко объявлены его имя, фамилия. 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 правая рука.
- 2.4. Представителям делегаций не разрешается разговаривать или давать указания участникам во время выполнения упражнения.
- 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.п. 2.4. и 2.5., главный судья по баскетболу имеет право наказать участника штрафом в **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.

5. Разминка

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

1. Конкурсное испытание заключается в выполнении основных игровых элементов из раздела «Баскетбол» примерной программы для учащихся основной школы. Ведение баскетбольного мяча по прямой левой и правой рукой 4 раза x 9 м, (смена ведущей руки на повороте).

Процедура тестирования.

По команде «На старт!» испытуемый становится в положение высокого старта за стартовой чертой с мячом в руках. Когда он приготовился, следует команда «Марш!». Задача испытуемого, ведя мяч по прямой пробежать отрезок 9 метров обегая стойки 4 раза и финишировать. Каждый на повороте следует менять ведущую руку.

Оценка исполнения:

Фиксируется время преодоления дистанции. За каждое нарушение правил в технике ведения мяча (пробежка, пронос мяча, двойное ведение, неправильная смена рук, касание фишек-ориентиров) участнику к его фактическому времени прибавляется за каждое нарушение по 1 секунде. За не обводки фишки ориентира и перемещение неуказанным способом добавляется по 3 штрафных секунды.

ИСПЫТАНИЯ ПО ГИМНАСТИКЕ

Программа испытаний

Испытания девушек 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. Упражнение должно иметь четко выраженное начало и окончание, выполняться слитно, без неоправданных пауз с фиксацией статических элементов не менее 2 секунд (не касается упражнений, где указано время фиксации положения).

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

Для выполнения упражнения участникам предоставляется только одна попытка.

Девушки

№ п/п	Упражнение	Стоимость (в баллах)
	И.П. – основная стойка	
1.	Шагом вперёд, согнуть правую (левую) вперёд, стопой коснуться колена опорной ноги, руки в стороны, держать	1,5
2.	Приставляя правую (левую), кувырок вперёд – кувырок вперёд в сед в группировке	1,0+0,5
3.	Лечь на спину, руки вверх – согнуть руки и ноги – «мост», держать – опуститься на спину	2,0
4.	Лёжа на спине взять группировку – выйти в стойку на лопатках, держать – перекаат вперёд в упор присев	2,0
5.	Кувырок назад	2,0
6.	Прыжок с поворотом на 180°	1,0
	Всего	10

Юноши

№ п/п	Упражнение	Стоимость (в баллах)
	И.П. – основная стойка	
1.	Шагом вперёд, согнуть правую (левую) вперёд, стопой коснуться колена опорной ноги, руки в стороны, держать	1,5
2.	Приставляя ногу, кувырок вперёд – кувырок вперёд в сед	1,0+0,5
3.	Наклон вперёд, держать	2,0
4.	Перекаат назад в стойку на лопатках, держать – перекаат вперёд в упор присев	2,0
5.	Кувырок назад	2,0
6.	Прыжок вверх прогнувшись ноги врозь, руки вверх	1,0
	ВСЕГО	10

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. Футболки и майки не должны быть одеты поверх шорт, трико или «лосин».
- 1.3. Упражнение может выполняться в носках, гимнастических тапочках («чешках») или босиком.
- 1.4. Использование украшений и часов не допускается.
- 1.5. Нарушение требований к спортивной форме наказывается сбавкой **0,5** балла с итоговой оценки участника.

2. Порядок выступлений

- 2.1. Для выполнения упражнения участникам предоставляется только одна попытка.
- 2.2. Прежде чем участник начнёт своё выступление, должны быть чётко объявлены его фамилия и имя. После вызова у участника есть **20** секунд, чтобы начать выполнение упражнения. Упражнение, выполненное без вызова, не оценивается.
- 2.3. Если акробатическое упражнение выполняется более **1 мин 10 сек.**, оно прекращается и оценивается только его выполненная часть. За **10 сек.** до окончания указанного времени подаётся предупреждающий сигнал.
- 2.4. Если участник при выполнении упражнения допустил неоправданную, явно выраженную паузу более **5** секунд, упражнение прекращается и оценивается только его выполненная часть.
- 2.5. Упражнение должно иметь четко выраженное начало и окончание. При нарушении данного требования производится сбавка **0,5** балла.
- 2.6. 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.
- 2.7. Оказанная участнику при выполнении упражнения помощь наказывается сбавкой **1,0** балл.
- 2.8. Представителям делегаций не разрешается разговаривать, вести фото и видеосъёмку во время выполнения упражнения. Мобильные телефоны должны быть выключены.
- 2.9. За нарушения, указанные в п.п. 2.10 и 2.11, 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 - 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 Председатель судейского жюри имеет право разрешить повторное выполнение упражнения. В этом случае, участник выполняет своё упражнение сначала, после выступления на данном виде испытаний всех участников 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. Исполнения упражнения

- 5.1. Все исполняемые участниками элементы трудности, связующие элементы и соединения должны выполняться технически правильно, в соответствии с требованиями гимнастического стиля.
- 5.2. Судьи оценивают качество выполнения упражнения в сравнении с идеально возможным вариантом, учитывая современные требования к технике и стилю исполнения отдельных элементов.
- 5.3. При выставлении оценки за исполнение каждый из судей вычитает из **10,0** баллов сбавки за допущенные участником ошибки при выполнении элементов и соединений.
- 5.4. Ошибки исполнения могут быть: мелкими - **0,1** балла, средними - **0,3** балла, грубыми - **0,5** балла. Ошибка невыполнения элемента - **0,5** балла. Касание пола за ограничительными линиями акробатической дорожки наказывается сбавкой в **1,0** балл.
- 5.5. 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; приземление не на стопы при выполнении прыжков.

8. Окончательная оценка

8.1. Общая стоимость всех выполненных элементов, указанных в таблице, составляет оценку за трудность упражнения. К оценке за трудность добавляется оценка за исполнение упражнения, равная **10,0** баллам, из которой вычитаются сбавки за ошибки в технике выполнения элементов трудности, связующих элементов и соединений. Из полученной суммы вычитается сбавка Председателя судейского жюри за нарушение композиционной целостности упражнения и допущенные участником нарушения общего порядка его выполнения.

8.2. Окончательная оценка не ограничена.

9. Протесты

9.1. Протест подаётся самим участником в письменном виде на оценку своего выступления в установленном порядке. Протесты, поданные на оценки других участников, не рассматриваются.