**ПРОГРАММА МУНИЦИПАЛЬНОГО ЭТАПА**

**ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ ПО**

**ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

**(2019-2020 учебный год)**

**Содержание конкурсных испытаний**

Муниципальный этап Всероссийская олимпиада школьников по предмету «Физическая культура» представляет собой конкурсное испытание учащихся основной и средней (полной) школы - юношей и девушек (раздельно).

Конкурсное испытание состоит из заданий теоретико-методического и практического характера.

Теоретико-методическое задание заключается в ответах на тестовые вопросы. Тематика вопросов соответствует содержанию образовательных программ основного общего и среднего общего образования углубленного уровня для 7-11 классов.

Практическое задание заключается в выполнении упражнений базовой части примерной программы по физической культуре по разделам: гимнастика, баскетбол, флорбол и легкая атлетика.

Порядок проведения олимпиады определен приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2013 г. № 1252 «Об утверждении Порядка проведения всероссийской олимпиады школьников».

**ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ**

**ФЛОРБОЛ**

Девушки и юноши 9-11 классы

Регламент испытания

1. Руководство испытаниями

1.1. Руководство для проведения испытаний состоит из:

назначенного представителя жюри;

главного судьи по флорболу;

судьи на площадке.

2.1. Девушки и юноши 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 не допущен к испытаниям или наказан штрафом (прибавлением 5 секунд).

3. Порядок выступления

3.1. Перед началом испытания должны быть названы: фамилия, имя и стартовый номер каждого участника.

3.2. После вызова у участника есть 20 секунд, чтобы он мог приготовиться к выполнению испытания. Сигналом готовности участника к началу выступления служит поднятая вверх рука.

3.3. Началом испытания является сигнал (свисток судьи), после которого должно быть начато упражнение.

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

3.5. За нарушения судья имеет право наказать испытуемого прибавлением 1 секунды к общему времени, 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 помещения и т.п. I

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 своё 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 расчёта не более 30 секунд на одного участника.

6. Судьи

6.1. Главный судья по флорболу определяет составы судейских бригад, оценивающих выступления участников.

6.2. Каждая бригада состоит из арбитра и судей.

7. Оборудование

7.1. Упражнение выполняется на площадке со специальной разметкой для игры в флорбол. Вокруг площадки должна иметься зона безопасности шириной не менее 1 метра, полностью свободная от посторонних предметов.

Десять фишек-ориентиров, три клюшки, шесть мячей, ворота.

8. Программа испытаний

Участник находится на лицевой линии (на старте) без мяча с клюшкой в руках. По сигналу судьи конкурсант бежит к фишке №1, где располагается мяч №1, далее клюшкой, обводит фишку №1 с правой стороны и ведет мяч к линии удара (юноши - 6 м, девушки - 5 м), останавливает мяч и выполняет один удар по воротам. После удара движется к фишке №2, где расположен мяч №2и выполняет ведение мяча №2, обводит ее с правой стороны, далее двигается к фишке №3, обводит ее с левой стороны, продолжает движение к фишке №4обводит ее с правой стороны и фишку №5обводит с левой стороны двигается к линии удара (юноши - 6 м, девушки - 5 м) и выполняет один удар по воротам без остановки мяча с любой точки, не пересекая линии удара.

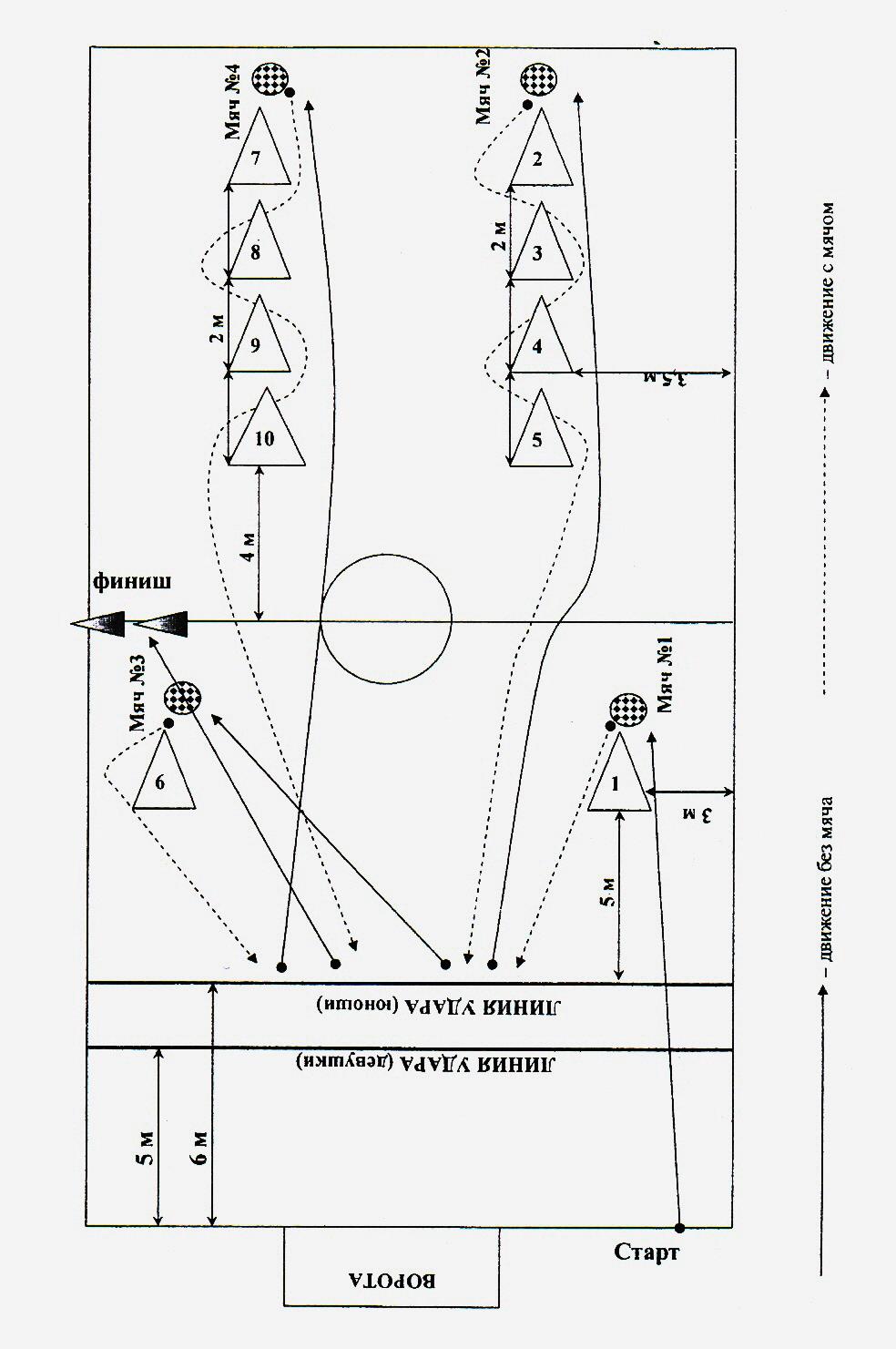
Затем направляется к фишке №6 без мяча, где располагается мяч №3, обводит фишку №6с правой стороны и ведет мяч к линии удара (юноши - 6 м, девушки - 5 м), останавливает мяч и выполняет один удар по воротам. После удара движется к фишке №7, где расположен мяч №4и выполняет ведение мяча, обводит ее с левой стороны, далее двигается к фишке №8, обводит ее с правой стороны, продолжает движение к фишке №9обводит ее с левой стороны и фишку №10 обводит с правой стороны двигается к линии удара (юноши - 6 м, девушки - 5 м) и выполняет один удар по воротам без остановки мяча с любой точки, не пересекая линии удара. Затем направляется к финишу без мяча.

Фиксируется время преодоления дистанции и точность броска. Остановка секундомера осуществляется в момент, когда участник финиширует на средней линии в финишном створе.

9. Оценка испытаний

1. За необбегание участником фишки -плюс 5 сек за каждую фишку.
2. Ведение мяча неуказанным способом - плюс 4 сек.
3. Выполнение удара по мячу неуказанным способом - плюс 4 сек.
4. Выполнение удара по мячу за линией - плюс 5 сек.
5. Непопадание по воротам - плюс 5 сек.

Касание фишки любой частью тела при выполнении задания (мячом или клюшкой) - плюс 1 сек.



**БАСКЕТБОЛ**

Юноши и девушки 9-11 классы

Регламент испытания

1. Руководство испытаниями

Руководство для проведения испытания состоит из:

* назначенного представителя жюри;
* главного судьи по баскетболу;
* судьи 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 и стартовый номер каждого участника.

3.2. Прежде чем участник начнет свое выступление, должны быть четко объявлены его имя, фамилия. После вызова у участника есть 20 секунд, чтобы начать выполнение упражнения.

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

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

3.б. За нарушения главный судья по баскетболу имеет право, наказать участника штрафом 5 сек, 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 вработе общего 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 выполнениеупражнения. В этом случае участник выполняет своё 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.l. Главный судья по баскетболу определяет составы судейских бригад, оценивающих выступления девушек и юношей.

6.2. Каждая бригада состоит из арбитра и судей.

7. Оборудование

7.1. Площадка 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.

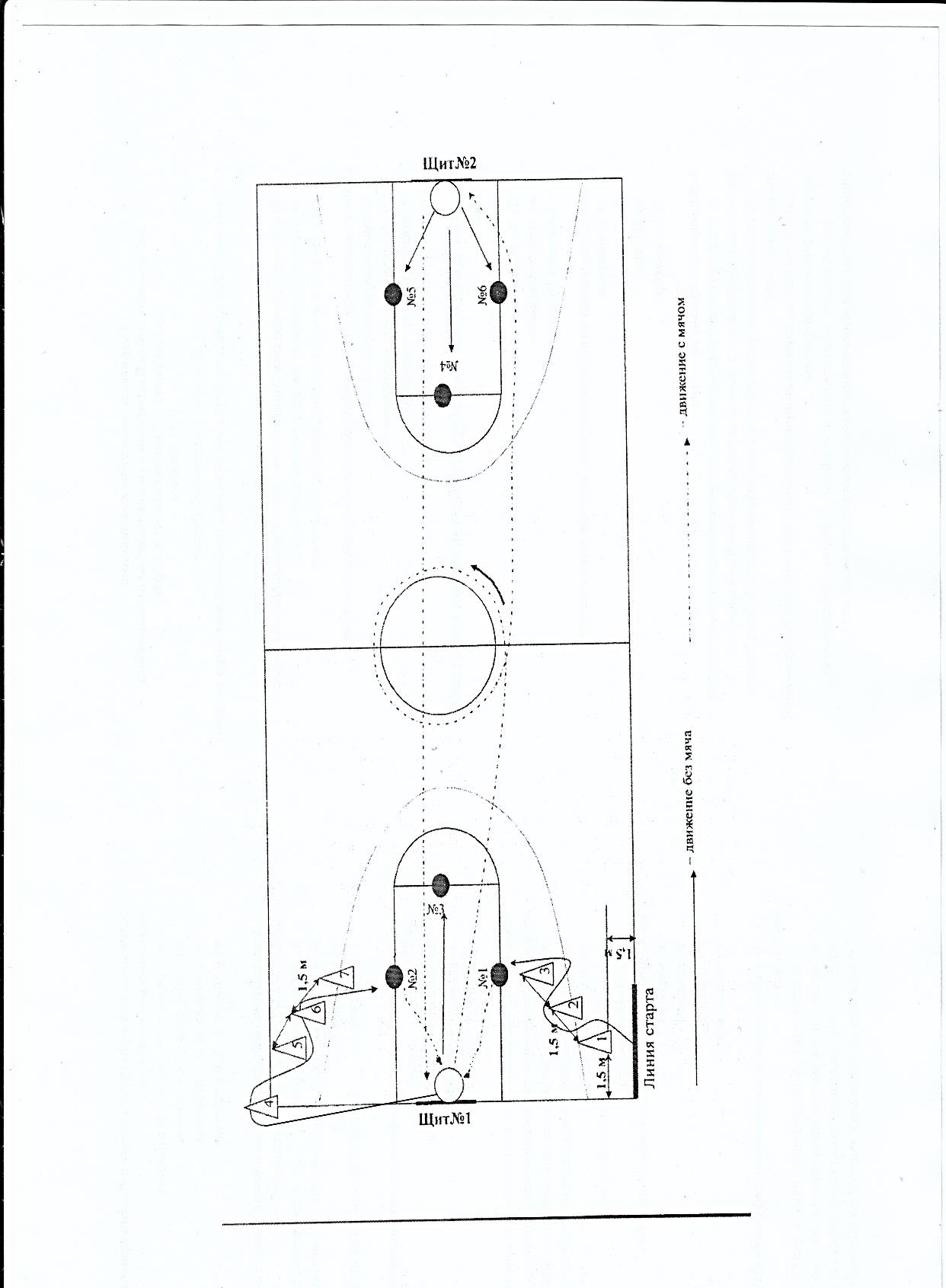
7.3. Девять фишек-ориентиров, шесть баскетбольных мячей, баскетбольные корзины.

8. Программа выступления

Участник находится на линии старта лицом к фишке №1 без мяча. По сигналу судьи конкурсант движется к фишке №1и оббегает ее с правой стороны, затем фишку №2с левой стороны и фишку №3с правой стороны. Далее двигается к мячу №1, берет мяч и ведет его левой рукой, далее выполняет бросок мяча по кольцу левой рукой используя двушажную технику , после броска сразу движется к фишке №4 без мяча и оббегая ее с левой стороны разворачивается и оббегает спиной фишку №5с левой стороны, фишку №6 спиной с правой стороны и фишку №7 спиной с левой стороны. Далее поворачивается лицом и движется к мячу №2, берет мяч и ведет его правой рукой, далее выполняет бросок мяча по кольцу правой рукой используя двушажную технику , после броска движется к мячу №3, который находится на линии штрафного броска и выполняет один штрафной бросок в кольцо щита №1.

После штрафного броска участник ловит мяч и движется к центральному кругу площадки и оббегает его с правой стороны, далее ведет мяч к щиту №2и выполняет один бросок в кольцо любым способом без последующей ловли мяча. После броска у участника есть дополнительная возможность выполнить один бонусный бросок на выбор мячей №5, №6, после выполнения бонусного броска или его невыполнения участник сразу движется в зону для выполнения штрафного броска к мячу N4 и выполняет один штрафной бросок в кольцо щита №2. После штрафного броска участник ловит мяч и движется с мячом к щиту №1 и выполняет бросок в корзину после двух шагов из-под щита.

В случае непопадания в корзину участнику дается одна дополнительная попытка броска по кольцу с щитом №1любым способом. Остановка секундомера осуществляется в момент касания мячом площадки после выполнения точного броска или после выполнения дополнительного броска. Фиксируется время преодоления дистанции и точность бросков.



9. Оценка исполнения

За необбегание фишки и перемещение неуказанным способом добавляется 5 штрафных секунд за каждое нарушение;

Если участник, не попал мячом №1, мячом №2 и мячом №3в кольцо с щитом №1, он наказывается штрафом в 3 секунды.

Если участник, попал мячом №1, мячом №2 и мячом №3 в кольцо с щитом №1, от его общего времени отнимается 3 секунды.

За невыполнение бросков и непопадания в щит №1, мячами № 1,2,3 он наказывается штрафом в 10 секунд.

За необбегание центрального круга добавляется 10 секунд штрафного времени, за непредусмотренную программой смену направления движения - 5 секунд .

Если участник попал бонусным мячом №5 или №6 по выбору конкурсанта от его общего времени отнимается 10 секунд, если участник не попал этими мячами, то он наказывается штрафом в 5 секунд.

Если участник, не попал мячом №4, в кольцо с щитом №2, он наказывается штрафом в 3 секунды.

Если участник, попал мячом №4, в кольцо с щитом №2, от его общего времени отнимается 3 секунды.

За невыполнение броска и непопаданием в щит №2, мячом №4 он наказывается штрафом в 10 секунд.

За каждое нарушение правил в технике ведения мяча (пробежка, пронос мяча, двойное ведение, касание фишек-ориентиров) участнику к его фактическому времени прибавляется за каждое нарушение по 1 секунде.

Если участник уходит с площадки, не выполнив дополнительную попытку, то к его времени выполнения задания за несовершенный бросок прибавляется 10 сек.

Касание центрального круга мячом или любой другой частью тела наказывается штрафом по 1 секунде за каждое касание.

**ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА**

Конкурсное испытание заключается в преодолении дистанции:

Девушки 9-11 классы: 2000 м.

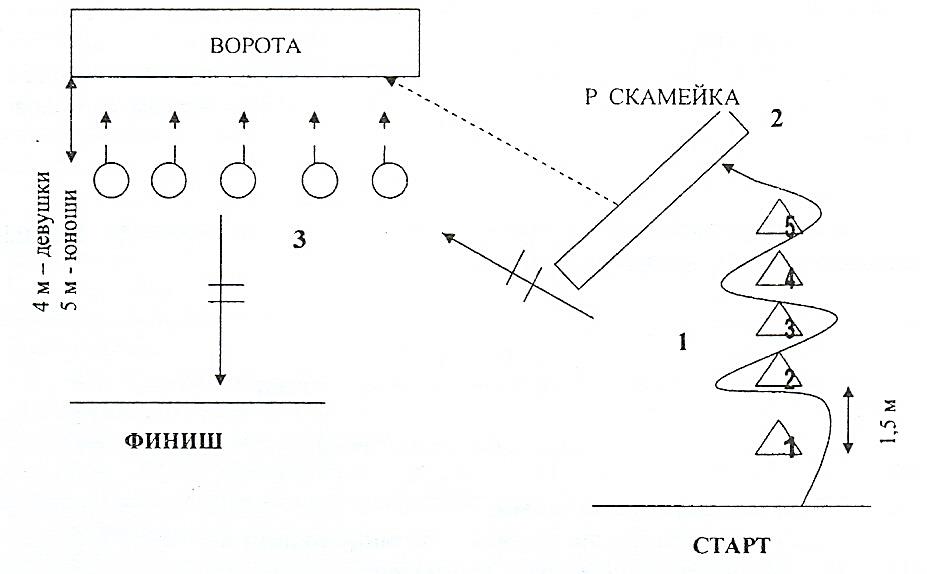
Юноши 9-11 классы: 3000 м.

Фиксируется время преодоления дистанции.

**ФЛОРБОЛ**

Юноши и девушки 7-8 классы

**Программа испытаний.**

****

Участник находится возле боковой линии в центре площадки. По сигналу участник начинает движение с мячом к фишкам, оббегая их, выходит к препятствию (Р скамейка), при помощи кистевого броска перебрасывает мяч через препятствие с поражением ворот; продолжает движение до выставленных пяти мячей (юноши - 5 м, девушки - 4 м), используя кистевой бросок (щелчок) поразить ворота, после пятого броска - ускорение и финиширование на линии «Финиш».

**Оценка исполнения**

Фиксируется время преодоления дистанции. Остановка секундомера осуществляется в момент прохождения линии «Финиша».

При прохождении фишек участник точно должен обойти ориентиры в месте с мячом без касания их, если участник задевает фишку, начисляется штрафное время (+ 1 сек), если участник вообще не пробегает фишку - штрафное время +2 сек. При прохождении этапа с препятствием в виде скамейки (Р), участник должен, перебросив мяч через препятствие, поразить ворота; если участник поражает ворота без касания пола, начисляется поощрительное время -2 сек, если промахивается - штрафное время +1 сек, не   
перебросил +3 сек, продолжает движение до выставленных мячей для поражения ворот, если участник забивает мяч по воздуху, начисляется поощрительное время - 1 сек, промах - штрафное время + 1 сек. Если участник уходит с площадки, не окончив упражнение, он снимается с конкурсного испытания.

***ЛЕГКАЯ А ТЛЕТИКА***

Конкурсное испытание заключается в преодолении дистанции: ***Девушки 7-8классы: 2000 м.***

***Юноши 7-8 классы: 2000 м.***

Фиксируется время преодоления дистанции.

**Баскетбол**

***Юноши и девушки 7-8 классы:***

**Регламент испытания**

**1. Руководство испытаниями**

* 1. Руководство для проведения испытания состоит из:

- назначенного представителя оргкомитета;

- главного судьи по баскетболу;

- судьи на площадке;

- секретаря.

**2. Участники**

1. Участники должны быть одеты в спортивные шорты, футболку и кроссовки.
2. Использование украшении не допускается.
3. При нарушении требовании к спортивной форме участник может быть наказан штрафом (прибавлением 10 сек) или не допущен к испытаниям.

**3. Порядок выступления**

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, регион и стартовый номер каждого участника.
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.
3. Оценка действий участника начинается с момента принятия исходного положения. Сигналом готовности участника к началу выступления служит поднятая вверх правая рука.
4. Представителям делегаций не разрешается разговаривать или давать указания участникам во время выполнения упражнения.
5. Все участники одной смены должны находиться в специально отведенном для них месте. Их поведение не должно мешать другим участникам.
6. За нарушения, указанные в п.п. 3.4. и 3.5., главный судья по баскетболу имеет право наказать участника штрафом 5 сек, 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 помещения и т.п.

1. При возникновении указанных выше ситуаций участник должен немедленно прекратить выступление. Если выступление будет завершено, оно будет оценено.
2. Только главный судья имеет право разрешить повторное выполнение упражнения. В этом случае участник выполняет своё упражнение сначала, после выступления всех участников данной смены.
3. Если выступление прервано по вине участника, повторное выполнение упражнения не разрешается.

**5. Разминка**

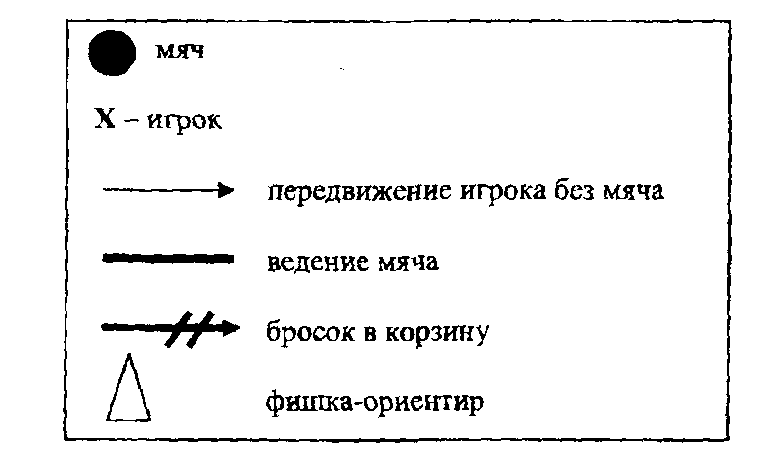
5.1. Перед началом выступлений участникам предоставляется разминка из расчета не более 30 секунд на одного участника.

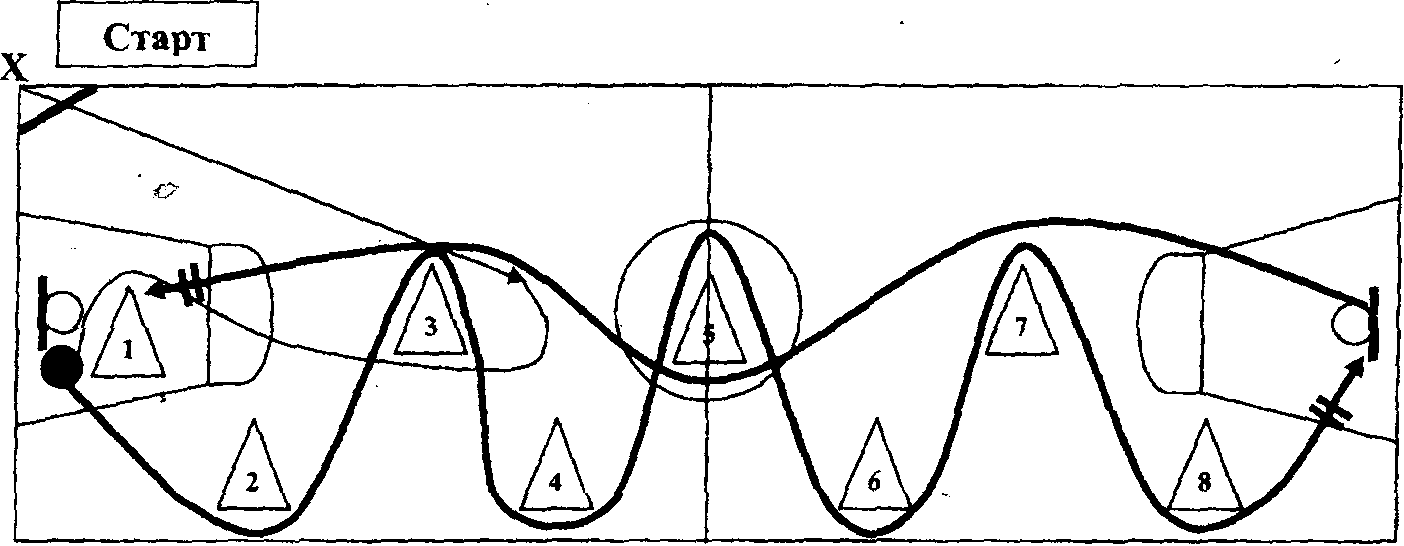
**6. Судьи**

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

Каждая бригада состоит из арбитра и судей.

**7. Условные обозначения**





**8. Программа испытаний**

Участник находится за лицевой линией лицом вперед. По сигна­лу участник движется приставными шагами левым боком к фишке-ориентиру № 3, оббегая ее, выполняет поворот и приставным шагом правым боком перемещается к фишке-ориентиру № 1, где находится мяч. Участник берет мяч и правой рукой ведет мяч к фишке-ориентиру № 2, левой рукой ведет мяч к фишке-ориентиру № 3, правой рукой ведет мяч к фишке-ориентиру №4, левой рукой ведет мяч к фишке-ориентиру № 5, правой рукой ведет мяч к фишке-ориентиру № 6, левой рукой ведет мяч к фишке-ориентиру № 7, правой рукой ведет мяч к фишке-ориентиру № 8, таким образом, ведение осуществляется дальней рукой от фишки-ориентира. После прохождения фишки-ориентира № 8 выполняет бросок в корзину, используя двушажную технику. Подбирает мяч, разворачивается и ведет мяч к другому щиту с обводкой дальней рукой фишек-ориентиров №№ 7,5,3, выполняет бросок в корзину, используя двушажную технику.

**9. Оценка исполнения**

Фиксируется время преодоления дистанции и точность броска. Остановка секундомера осуществляется в момент касания мячом площадки после броска в корзину из-под щита. За каждое нарушение правил в технике ведения мяча(пробежка, пронос мяча, двойное ведение, неправильная смена рук, касание фишек-ориентиров, выходы за пределы площадки) участнику к его фактическому времени прибавляется за каждое нарушение по 1 секунде. За необбегание фишки-ориентира и перемещение неуказанным способом добавляется по 3 штрафных секунды. Не попадание в кольцо 3 штрафных секунды.

**10. Оборудование**

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

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

10.3. Один баскетбольный мяч, восемь фишек-ориентиров: фишка-ориентир № 1 располагается под щитом за лицевой линией, фишка-ориентир № 2 располагается в 4 м от лицевой и 2 м от боковой линий; фишка-ориентир № 3 - на дуге трех очковой зоны; фишка ориентир № 4 - в 3 м от центральной линии и 2 м от боковой линии; фишка-ориентир № 5 в центральном круге. Фишка-ориентир № 6 – в 3м от центральной линии и 2 м от боковой линии; фишка-ориентир№ 7 - на дуге трех очковой зоны; фишка-ориентир № 8 располагается в 4 м от лицевой и 2 м от боковой линии.

**Акробатическое упражнение**

**Девушки 9-11 классы**

|  |  |
| --- | --- |
| И.п. – упор присев | Баллы |
| 1. Перекат назад в стойку на лопатках без помощи рук, держать | 1,0 |
| 2. Перекат вперед согнувшись в сед с наклоном вперед, руки вверх, держать | 0,5 |
| 3. Кувырок назад – кувырок назад в упор стоя согнувшись, выпрямиться правую (левую) на шаг в сторону в стойку ноги врозь руки вверх | 1,0 + 1,0 |
| 4.Наклон назад - «мост» (держать)поворот направо (налево) кругом в упор присев | 1,0+0,5 |
| 5.Вставая, шагом одной вперед и приставляя другую – прыжок ноги врозь правой (левой) вперѐд («разножка»), руки в стороны | 1,0 |
| 6.Шагом одной и махом другой переворот в сторону («колесо») в стойку ноги врозь, руки в стороны – приставляя ногу повернуться спиной в сторону движения | 1,0 |
| 7.Правую (левую) в сторону на носок, руки в стороны – фронтальное равновесие (пятка поднятой ноги не ниже 90°), держать | 1,0 |
| 8.Приставить ногу-кувырок вперед прыжком - прыжок вверх с поворотом на 360º | 1,0+1,0 |
| **ИТОГО** | **10,0** |

**Девушки 7-8 класс**

|  |  |
| --- | --- |
| И.п. – о.с. | Баллы |
| 1. Шагом правой - переворот вправо («колесо») в стойку ноги врозь, руки в стороны- поворот в сторону движения и шагом левой переворот влево («колесо») в стойку ноги врозь, руки в стороны | 1,5+1,5 |
| 2. Поворот направо (налево) в направлении движения, приставить ногу–упор присев - кувырок вперед согнувшись в сед углом, руки в стороны (держать) | 1,0 |
| 3.Лечь на спину, руки вверх - «мост»,-держать, поворот направо (налево) кругом в упор присев | 2,0+0,5 |
| 4.Вставвая и шагом одной равновесие («ласточка»), руки в сторон держать | 1,0 |
| 5.Приставляя ногу кувырок вперед- кувырок вперед прыжком-  прыжок вверх прогнувшись ноги врозь – О.С | 0,5+1,5+0,5 |
| **ИТОГО** | **10,0** |

**Юноши 7-8 класс**

|  |  |
| --- | --- |
| И.п. – о.с. | Баллы |
| 1. «Старт пловца» - кувырок вперёд прыжком –- прыжок вверх с поворотом на- 360° - кувырок вперёд | 2,0+ 1,0+0,5 |
| 2.Силой согнув ноги стойка на голове (держать)- упор присев | 1,5 |
| 3. Вставая - шаг вперёд- равновесие (держать), выпрямляясь, приставить ногу- упор присев | 1,0 |
| 4. Кувырка назад-кувырок назад в упор стоя согнувшись | 1,0 + 1,0 |
| 5. Выпрямится руки вверх и шагом одной, толчком другой – переворот в сторону («колесо») в стойку ноги врозь, руки в стороны | 1,0 |
| 6.Приставить ногу, полуприсед и прыжок вверх прогнувшись ноги врозь- О.С | 1,0 |
| **ИТОГО** | **10,0** |

**Юноши9-11 класс**

|  |  |
| --- | --- |
| И.п. – о.с. | Баллы |
| 1. Шагом правой (левой) вперёд – фронтальное равновесие (пятка поднятой ноги не ниже 90°), руки в стороны, держать | 1,0 |
| 2. Шаг вперед и приставляя ногу, кувырок вперёд прыжком – кувырок вперёд согнувшись в стойку ноги врозь, руки в стороны | 1,0 + 1,0 |
| 3. Прыжком, упор присев-силой, согнувшись, стойка на голове и руках, держать | 1,0 |
| 4.Согнуть ноги и разгибая ноги стойка на руках, обозначить | 2,0 |
| 5. Опуститься в упор присев – кувырок назад – кувырок назад в упор стоя согнувшись | 0,5 + 1,0 |
| 6.Выпрямляясь, шагом одной, толчком другой переворот в сторону («колесо») и, приставляя ногу, повернуться направо (налево) спиной в направлении движения | 1,0 |
| 7. Шаг одной приставить другую- прыжок вверх прогнувшись согнув ноги и в темпе – прыжок вверх прогнувшись ноги врозь - О.С. | 1,5 |
| **ИТОГО** | **10,0** |

**Требования к выполнению отдельных элементов**

**(девушками и юношами)**

перевороты в сторону – прохождение вертикали без сгибания в плечевых и тазобедренных суставах и без потери темпа.

прыжки с поворотами– выполняются строго вертикально с выпрямленным положением тела, ноги вместе, носки оттянуты, приземление без потери равновесия, недоворот стоп при приземлении на угол более 45° - ошибка невыполнения.

кувырок вперед согнувшись - ноги прямы, без удара о пол при завершении

кувырки вперёд – плотная группировка, без отталкивания руками от опоры при завершении.

кувырок вперед прыжком – явно выраженная фаза полёта, завершение элемента без потери темпа.

кувырки назад – плотная группировка, без касания коленями опоры.

кувырок назад согнувшись – ноги прямые и вместе, мягкая, без удара постановка ног на опору.

стойка на голове силой (держать) – удержание позы 2 секунды, выход в стойку без отталкивания ногами от опоры.

стойка на руках обозначить - удержание позы 1 секунда, руки полностью разогнуты, отсутствие угла в плечевых и/или в тазобедренных суставах.

равновесия (ласточка) – удержание позы 2 секунды.- пятка поднятой ноги выше уровне плеч, руки произвольно.

Равновесие фронтальное-удержание позы 2 секунды, нога поднятой ноги разогнута и находится в положении не ниже 90°,

**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, ширина лямок которых не должна превышать 5 см, трико или спортивные шорты, не закрывающие колен.

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 Прежде чем участник начнёт свое 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.

2.2. Участники должны полностью выполнить акробатическое упражнение, предусмотренное программой Испытаний. Если Трудность упражнения или его части, Выполненной участником, равна или менее 6,0 баллов, упражнение считается не выполненным и участник получает 0,0 баллов.

2.3. Если акробатическое упражнение выполняется более 60 секунд, оно прекращается и оценивается только его выполненная часть. Через 55 секунд после начала упражнения участнику подаётся предупреждающий сигнал.

2.4. Если участник при Выполнении упражнения допустил неоправданную 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 поддержка или   
помощь наказывается сбавкой 1,0 балл.

2.8.Для выполнения упражнения участникам предоставляется только одна попытка.

2.9.Представителям школ не разрешается разговаривать, вести фото и видеосъемку во время выполнения упражнения. Мобильные телефоны должны быть выключены. За нарушение главный судья может удалить представителя из зала.

**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 акробатической дорожке (ковре) или в непосредственной близости от него посторонних предметов, создающих травмоопасную ситуацию.

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

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

**4. Разминка**

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

**5. Судьи**

5.1. для руководства испытаниями назначается судейское жюри.

5.2. Жюри состоит из Председателя судейского жюри и двух судейских бригад: бригады «А», оценивающей трудность выполненного упражнения, и бригады «В», оценивающей технику и стиль исполнения.

5.3. Каждую бригаду возглавляет старший судья (арбитр).

**6. Оценка трудности**

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, оценка снижается на указанную в программе стоимость элемента или соединения, включающего данный элемент.

Упражнение должно иметь четко выраженное начало и окончание, выполняться слитно, без неоправданных пауз с фиксацией статических элементов не менее **2** секунд.

Общая стоимость всех выполненных элементов и соединений составляет

максимально возможную оценку за трудность упражнения, равную **10,0** баллам.

Участники имеют право выполнять упражнение полностью или частично. Если трудность выполненной части упражнения равна или менее **6,0** баллов, упражнение будет считаться не выполненным и участник получит **0,0** баллов.

Судьи оценивают качество выполнения упражнения в сравнении с идеально

возможным вариантом исполнения.

**7. Оценка исполнения**

7.1. Все исполняемые участниками элементы должны выполняться технически правильно, в соответствии с требованиями гимнастического стиля.   
7.2. Судьи оценивают качество выполнения упражнения в сравнении с идеально возможным вариантом, учитывая требования к технике исполнения отдельных элементов.

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

7.4. Ошибки исполнения могут быть: мелкими - 0,1-0,2 балла, средними - 0,3- 0,4 балла, грубыми - 0,5 балла. Ошибка невыполнения элемента - 0,5 балла. Выход за пределы акробатической дорожки наказывается сбавкой – 1,0 балл.

7.5. 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;

-фиксация элемента по требованию обозначить менее 1 секунды.

- при выполнении прыжков - приземление в сед или на спину.

**Окончательная оценка**

Оценка выполнения практического задания по гимнастике (акробатика) складывается из оценок за технику исполнения элементов и сложности самих элементов при условии всех требований к конкурсному испытанию.

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. Таким образом, максимально возможная оценка участника составит **20,0** баллов.

**Протесты**

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

Протест может быть подан на оценку выставленную бригадой «А» за трудность упражнения. Протест на оценку бригады «В» за исполнение и специальные сбавки главного судьи соревнований не принимаются.

**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 1,5 метра, полностью свободная от посторонних предметов.

**Технология подведения итогов олимпиады**

В общем зачете муниципального этапа олимпиады определяются победители и призеры. Итоги подводятся отдельно среди юношей и девушек по группам: 7-8 и 9-11 классы.

Для определения победителей и призеров олимпиады, а также общего рейтинга участников олимпиады, используется 100-бальная система оценки результатов участников олимпиады. То есть, максимально возможное количество баллов, которое может набрать участник за оба тура олимпиады, составляет 100 баллов. Из них: 20 баллов – за теоретико-методическое задание; 20 баллов- флорбол; 20баллов- гимнастика; 20 баллов- легкая атлетика и 20 баллов-баскетбол. Результаты каждого участника муниципального этапа в баскетболе, флорболе, гимнастике, легкой атлетике и теоретико-методическом испытании переводятся в «зачетные» баллы по формулам:



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

К – коэффициент (удельный вес) конкретного задания;

Ni – результат i участника в конкретном задании;

М – максимально возможный или лучший результат в конкретном задании.

Формула (1) применяется при выведении «зачетного» балла участнику в теоретико-методическом задании, гимнастике, а формула (2) – в легкой атлетике, флорболе и баскетболе.

*Примеры.*

Результат участника олимпиады (7-8 классы) в теоретико-методическом задании составил 22 балла (Ni=22) из 44 максимально возможных (М=44). Удельный вес по данному заданию составляет 20 баллов (К=20). Подставляем в формулу (1) значения Ni,К, и М и получаем «зачетный» балл: Хi= 20\*22/44 =10 баллов.

Результат участника олимпиады (7-8 классы) в гимнастике составил 10 балла (Ni=10) из 20 максимально возможных (М=20). Удельный вес по данному заданию составляет 20 баллов (К=20). Подставляем в формулу (1) значения Ni,К, и М и получаем «зачетный» балл: Хi= 20\*10/20 =10,0 баллов

Результат участника олимпиады в практическом задании по легкой атлетике составил 190,24 сек (Ni=190,24), а лучший результат в этом задании составил 160,15 сек (М=160,15). Удельный вес по данному заданию составляет 20 баллов (К=20). Подставляем в формулу (2) значения Ni,К, и М и получаем «зачетный» балл: Хi= 20\*160,15/190,24 =16,8 баллов.

Результат участника олимпиады в практическом задании по спортивным играм, например, в баскетболе составил 150,20 сек (Ni=150,20), а лучший результат в этом задании составил 100,15 сек (М=100,15). Удельный вес по данному заданию составляет 20 баллов (К=20). Подставляем в формулу (2) значения Ni,К, и М и получаем «зачетный» балл: Хi= 20\*100,15/150,20 =13,3 баллов

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

Участник, набравший наибольшую сумму баллов по итогам всех испытаний, является победителем. В случае равных результатов у нескольких участников, победителем признается участник, набравший большее количество баллов в теоретическом туре. При определении призеров 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 региональным оргкомитетом, жюри определяет победителей и призеров муниципального этапа Олимпиады.