



*Кировское областное государственное автономное образовательное
учреждение дополнительного образования
«Центр дополнительного образования одаренных школьников»*

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, ЧАСТЬ 2, 2016

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ

**по организации и проведению
II (муниципального) этапа
всероссийской олимпиады школьников
по физической культуре**

**в Кировской области
в 2016/2017 учебном году**

**Киров
2016**

Методические указания по организации и проведению II (муниципального) этапа всероссийской олимпиады школьников по физической культуре в Кировской области в 2016/2017 учебном году: Часть 2 / Сост. Т. П. Рякина, Е. В. Перешеина, С. В. Зубова, Ж. Ю. Самоделкина, Н. Г. Белова, М. В. Полушкина, С.Н. Савин. – Киров: Изд-во ЦДООШ, 12 с.

ПРОГРАММА МУНИЦИПАЛЬНОГО ЭТАПА ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

СОДЕРЖАНИЕ КОНКУРСНЫХ ИСПЫТАНИЙ.

Муниципальный этап всероссийской олимпиады школьников по предмету «Физическая культура» представляет собой конкурсное испытание учащихся основной и средней (полной) школы – юношей и девушек 7–8-х классов отдельно и 9–11-х классов отдельно.

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

Теоретико-методическое задание заключается в ответах на вопросы. Тематика вопросов соответствует требованиям к уровню знаний выпускников основной и средней (полной) школы по образовательной области «Физическая культура».

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

**ЗАДАНИЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО ЭТАПА (ПРАКТИЧЕСКИЙ ТУР) ВОШ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ УЧАЩИЕСЯ ПОЛУЧАЮТ
ЗА СЕМЬ ДНЕЙ ДО НАЧАЛА ОЛИМПИАДЫ.
С ПРИМЕРАМИ ВЫПОЛНЕНИЯ ЗАДАНИЙ
МОЖНО ОЗНАКОМИТЬСЯ В ПРИЛОЖЕНОМ К ЗАДАНИЯМ ДИСКЕ**

**ВНИМАНИЕ! ДЛЯ ОБЪЕКТИВНОСТИ СУДЕЙСТВА
СУДЕЙСКАЯ КОЛЛЕГИЯ ДОЛЖНА ФИКСИРОВАТЬ
ВЫПОЛНЕНИЕ ПРАКТИЧЕСКОГО ЗАДАНИЯ НА ВИДЕО!**

Контактный телефон для справок: +79128253610 (Татьяна Павловна Рякина).

ТЕХНОЛОГИЯ оценки заданий

Максимальное количество баллов, которое может набрать участник по итогам теоретико-методического и практических испытаний, – **100**. Из них: **40 баллов – за теоретико-методическое задание; 60 – за практическое испытание: акробатика – 30 баллов, баскетбол – 30 баллов.**

ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ВЫПОЛНЕНИЯ ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИХ ЗАДАНИЙ

В бланке ответов необходимо отмечать оценку каждого задания.

7–8 классы

Задания в закрытой форме с выбором одного или нескольких правильных ответов. Правильное решение задания в закрытой форме с выбором одного правильного ответа оценивается в 1 балл, неправильное – в 0 баллов.

Правильное решение всего задания с выбором нескольких правильных ответов оценивается в 1 балл, при этом каждый правильный ответ (выбор или невыбор варианта ответа) оценивается в 0,25 балла, а каждый неправильный – минус 0,25 балла.

Задания в открытой форме. «Правильные» ответы оцениваются в 2 балла.

Максимально возможный балл, который можно получить участнику олимпиады

1 балл X 34 = 34 балла (в закрытой форме):

2 балла X 16 = 32 балла (в открытой форме).

Итого: 34 + 32 = 66 баллов максимальный результат в данном испытании.

9–11 классы

1. Задания в закрытой форме с выбором одного или нескольких правильных ответов. Правильное решение задания в закрытой форме с выбором одного правильного ответа оценивается в 1 балл, неправильное – 0 баллов.

Правильное решение всего задания с выбором нескольких правильных ответов оценивается в 1 балл, при этом каждый правильный ответ (выбор или невыбор варианта ответа) оценивается в 0,25 балла, а каждый неправильный – минус 0,25 балла.

2. Задание в открытой форме «Правильные» ответы нужно дописать оцениваются в 2 балла.

3. Задание на соответствие. В заданиях на соответствие двух столбцов каждый правильный ответ оценивается в 1 балл, а каждый неправильный – минус 1 балл.

4. Полноценное выполнение задания, связанные с графическими изображениями физических упражнений, оценивается в 1 балла, неправильное 0 балла.

По элементам графическое изображение не оценивается.

Максимально возможный балл, который может получить участник олимпиады,

1 балл $\times 34 = 34$ балла (в закрытой форме);

2 балла $\times 16 = 32$ балла (в открытой форме);

4 балла $\times 5 = 20$ баллов (задание на соответствие);

1 балл $\times 3 = 3$ балла (графическое изображение).

Итого: $34 + 32 + 20 + 3 = 89$ баллов максимальный результат в данном испытании.

Баллы, полученные участниками в теоретико-методическом испытании, переводятся

в зачетные баллы в соответствии с формулой $X_i = \frac{K \cdot N_i}{M}$, где

X_i – «зачетный» балл i -го участника,

K – максимальное количество «зачётных» баллов за задание,

N_i – первичный результат i -го участника,

M – максимально возможный первичный результат в конкретном задании.

Например, максимальное количество баллов конкретного задания составляет $K = 40$, результат участника Иванова И.И. равен $N_i = 32$, максимально возможный первичный результат в конкретном задании равен $M = 89$. Следовательно, зачётный результат участника олимпиады в теоретико-методическом задании составит $X_i = 40 \cdot 32 / 89 = 14,3$.

ОЦЕНКА ВЫПОЛНЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ ИСПЫТАНИЙ

Результаты каждого участника в АКРОБАТИКЕ переводятся в «зачетные» баллы отно-

сительно лучших показанных результатов в соответствии с формулой $X_i = \frac{K \cdot N_i}{M}$, где

X_i – «зачетный» балл i -го участника,

K – максимальное количество баллов, набранное каким-то из участников,

N_i – первичный результат участника,

M – максимально возможный результат в конкретном задании.

Например, максимальное количество баллов за задание составляет $K = 30$, первичный результат участника Иванова И.И. составляет $N_i = 18,0$ баллов, максимально возможный результат в конкретном задании $M = 20,0$. Поэтому результат участника олимпиады в практическом испытании составит $X = 30 \cdot 18 / 20 = 27$ баллов

Результаты каждого участника по БАСКЕТБОЛУ переводятся в «зачетные» баллы

относительно лучших показанных результатов в соответствии с формулой $X_i = \frac{K \cdot M}{N_i}$, где

X_i – «зачетный» балл i -го участника,

K – максимальное количество баллов за задание,

N_i – первичный результат участника,

M – лучший среди участников результат в конкретном задании.

Например, максимальное количество баллов конкретного задания составляет $K = 30$, результат участника Иванова И.И. оказался равным $N_i = 0,55$ сек, а лучший результат среди участников $M = 0,35$ сек. Тогда результат участника олимпиады в задании по баскетболу составил $X_i = 30 \cdot 0,35/0,55 = 19$ баллов.

ОФОРМЛЕНИЕ ТАБЛИЦЫ РЕЗУЛЬТАТОВ
ДЕВУШКИ, 7–8 КЛАССЫ. ДЕВУШКИ, 9–11 КЛАССЫ.
ЮНОШИ, 7–8 КЛАССЫ. ЮНОШИ, 9–11 КЛАССЫ

№	Ф.И. О ребенка	Ф.И.о. учителя	результат теория	Теория. Баллы	Результат Акробатика	Баллы по акробатике	Результат по баскетболу	Баллы по баскетболу	Итого баллов	Победители, призеры
25	Иванов Иван Иванович	Иванов Иван Иванович	89	40	20	30	лучший	30	100	
...										

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ
УСЛОВИЯ
7–8 КЛАССЫ

Инструкция по выполнению заданий

Вам предлагаются 50 вопросов соответствующих требованиям к минимуму знаний выпускников полной школы по предмету «Физическая культура» **в закрытой форме, открытой форме.** К вопросам в закрытой форме предложено 3 или 4 варианта ответа. Среди них содержатся как правильные, так и не правильные ответы, а так же частично соответствующие смыслу вопросов. Правильным может быть только один или несколько – тот, который наиболее полно соответствует смыслу вопроса.

Внимательно читайте вопросы и предлагаемые варианты ответов. Ваша задача заключается в выборе одного или несколько из 4 вариантов ответов, которые, по Вашему мнению, является правильным. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Выбранные Вами ответы отмечайте в соответствующих квадратах бланка ответов любым знаком, позволяющим получить однозначное представление о сделанном Вами выборе. Если Вы выбрали ответ «а», «б», «в» или «г», то в бланке ответов свой знак в квадрате с соответствующим обозначением.

Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ.

9–11 КЛАССЫ

Инструкция по выполнению заданий

Вам предлагаются 50 вопросов соответствующих требованиям к минимуму знаний выпускников полной школы по предмету «Физическая культура» **в закрытой форме, открытой форме, задания связанные с сопоставлением, графическое изображение.**

К каждому вопросу предложено 3 или 4 варианта ответа. Среди них содержатся как правильные, так и не правильные ответы, а так же частично соответствующие смыслу вопросов. Правильным может быть только один – тот, который наиболее полно соответствует смыслу вопроса.

Внимательно читайте вопросы и предлагаемые варианты ответов. Ваша задача заключается в выборе одного или несколько из 4 вариантов ответов, которые, по Вашему мнению, является правильным. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Выбранные Вами ответы отмечайте в соответствующих квадратах бланка ответов любым знаком, позволяющим получить однозначное представление о сделанном Вами выборе. Если Вы выбрали ответ «а», «б», «в» или «г», то в бланке ответов свой знак в квадрате с соответствующим обозначением.

Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ.

**ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ.
РУКОВОДСТВО ДЛЯ ОРГАНИЗАТОРОВ, СУДЕЙ И УЧИТЕЛЕЙ**

**ОПИСАНИЕ ПРАКТИЧЕСКОГО ИСПЫТАНИЯ «ГИМНАСТИКА»
(МАЛЬЧИКИ И ДЕВОЧКИ 7–8 КЛАССОВ,
ЮНОШИ И ДЕВУШКИ 9–11 КЛАССОВ)**

Общие положения

Конкурсное задание по акробатике заключается в выполнении предложенной комбинации мальчиками и девочками 7–8 классов, юношей и девушек 9–11 классов.

Для выполнения упражнения участникам предоставляется только одна попытка.

Регламент испытания

Требования к составлению упражнений

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

2. Требования к спортивной форме: Девушки могут быть одеты в купальники, комбинезоны или футболки с «лосинами». Раздельные купальники запрещены. Юноши могут быть одеты в гимнастические майки, ширина лямок которых не должна превышать **5 см**, трико или спортивные шорты, не закрывающие колен. Футболки и майки не должны быть одеты поверх шорт, трико или «лосин». Упражнение может выполняться в носках, гимнастических тапочках («чешках») или босиком. Использование украшений и часов не допускается. Нарушение требований к спортивной форме наказывается сбавкой **0,5 балла** с итоговой оценки участника.

3. Испытания девушек и юношей проводятся в виде выполнения акробатического упражнения, которое имеет строго обязательный характер.

4. В случае изменения установленной последовательности элементов упражнение не оценивается и участник получает **0,0 баллов**.

5. Если участник не сумел выполнить какой-либо элемент оценка снижается на указанную в программе стоимость элемента или соединения, включающего данный элемент.

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

7. 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 **10,0–15,5 баллов**, из которой вычитаются сбавки за ошибки в технике выполнения отдельных элементов. Таким образом, максимально возможная оценка участника составит **20,0–25,5 баллов**.

8. Если участник не сумел полностью выполнить упражнение, и трудность выполненной части оказалась менее **6,0 баллов**, упражнение считается не выполненным и участник получает **0,0 баллов**.

9. Если акробатическое упражнение выполняется более **1 минуты 20 секунд**, оно прекращается оценивается только выполненная часть. За **10 сек** до окончания указанного времени подается предупредительный сигнал.

Окончательная оценка

Окончательная оценка участника выводится как сумма двух оценок: оценки за трудность упражнения, выставленной бригадой «А», и оценки за исполнения, выставленной бригадой «В». Из полученной суммы вычитаются сбавки за допущенные участником нарушения общего порядка выполнения упражнения.

Окончательная максимальная оценка может быть равна **20,00–25,50 баллов**.

Сбавки за нарушения техники исполнения отдельных элементов

	Основные ошибки исполнения	Сбавки
1	Сильное, до неузнаваемости, искажение обязательного элемента	Стоимость элемента или соединения
2	Недостаточная высота полётной фазы прыжков, искажение рабочей осанки	до 0,5 баллов
3	Отсутствие слитности, неоправданные задержки и паузы между элементами	до 0,5 баллов
4	Выход за пределы акробатической дорожки	1,0 балл
5	Недостаточная фиксация статических элементов: «держат» – 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 баллов
	опора о пол двумя руками, падение	1,0 балл
7	Отсутствие чёткого выраженного начала или окончания упражнения	0,5 баллов

Специальные сбавки арбитра за нарушение требований к общему порядку выполнения упражнений

В случае нарушения участником общего порядка выполнения упражнения, Председатель судейского жюри имеет право сделать специальные сбавки, которые вычитаются из окончательной оценки.

	Основные ошибки исполнения	Сбавки
1	Повторное выполнение упражнения после неудачного начала	0,5 баллов
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 баллов
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 баллов с окончательной оценки

Протест подается самим участником в письменном виде на оценку своего выступления в установленном порядке. Протесты, поданные на оценки 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 Председателя судейского жюри не принимается.

Оборудование

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.

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

Упражнение для 7–8 классов, девочки

	Название	Баллы
	И.п. – основная стойка	
1	Шагом левую (правую) на носок, руки влево(вправо) – одноименный поворот направо (налево) на одной на 360 градусов, другая назад, руки в стороны в стойку ноги врозь	1,0
2	Шаг вперед, равновесие на левой (правой), руки в стороны- держать	1,0
3	Шагом левой (правой), сгибая правую (левую) – прыжок со сменой согнутых ног вперед (бедро не ниже 90) – прыжок со сменой прямых ног вперед(смена ног не ниже 90) – шаг и приставляя ногу, упор присев	1,0
4	Перекат вперед в стойку на лопатках без помощи рук (обозначить), опуская ноги в сед наклон вперед (обозначить), кувырок назад	1,0
5	Кувырок назад, прыжок вверх с поворотом на 540 градусов	1,0
6	Два шага вперед правой (левой) вперед, левую (правую) в сторону на носок, руки в стороны фронтальное равновесие – держать (фронтальное равновесие с захватом за пятку), выпрямиться в стойку ноги врозь, руки вверх	1,0
7	Наклон назад мост, держать – встать в стойку руки вверх	1,0
8	Махом одной, толчком другой два переворота влево (вправо) (колесо) в стойку ноги врозь, руки в стороны – приставляя правую (левую) с поворотом направо (налево) в стойку, руки в стороны	1,0
9	2-3 шага разбега- кувырок вперед прыжком – прыжок вверх ноги врозь (разведение больше 90 градусов)	1,0
10	Кувырок вперед – прыжок вверх с поворотом на 360 градусов. шагом левой (правой), разноименная рука вперед – в сторону поворот на 360 градусов	1,0
Итого:		10,0

Упражнение для 7–8 классов, мальчики

	Название	Баллы
	И.п. – основная стойка	
1	Шагом левую (правую) на носок, руки влево(вправо) – одноименный поворот направо (налево) на одной на 360 градусов, другая назад, руки в стороны в стойку ноги врозь	1,0
2	Шагом вперед кувырок вперед, кувырок вперед прыжком – прыжок вверх с поворотом на 360 градусов	1,0
3	Шагом вперед, равновесие (ласточка) руки в стороны, держать	1,0
4	Стойка на руках (обозначить) и кувырок вперед в стойку ноги врозь, руки в стороны	1,0
5	Наклон вперед прогнувшись (обозначить) и силой согнувшись стойка на голове и руках (держать)	1,0
6	Опуститься в упор лежа, толчком ног упор присев и прыжок вверх с поворотом на 180 градусов	1,0
7	Прыжок на одну (вальсет) – переворот в сторону (колесо) и переворот с поворотом на 90 градусов (рондат) , прыжок вверх прогнувшись	1,0
8	Кувырок назад, кувырок назад в стойку на руках, (обозначить) выпрямиться в стойку, руки вверх	1,0
9	Кувырок вперед прыжком, прыжок вверх с поворотом на 540 градусов	1,0
10	шагом левой (правой), разноименная рука вперед в сторону поворот на 360 градусов	1,0
Итого:		10,0

Упражнение для 9–11 классов, девушки

	Название	Баллы
	И.п. – основная стойка	
1	Шагом одной, равновесие на правой (левой) руки в стороны («ласточка») держать Усложнение: фронтальное равновесие с захватом на одной, пятка не ниже плеча, держать	0,5 1,0
2	Шагом одной, прыжок со сменой согнутых ног вперед с поворотом на 360 градусов (бедро при смене ног не ниже 90 градусов), два шага вперед, махом одной, толчком другой стойка на руках (обозначить), кувырок вперед, кувырок прыжком и прыжок с поворотом на 540 градусов.	0,5 2,0
3	Перекат вперед в стойку на лопатках без помощи рук (держать), сед углом, руки в стороны (держать), наклон вперед, грудью коснуться прямых ног (держать). Выпрямляясь, сед упор сзади прогнувшись; поворот направо (влево) в упор на бедрах	2,0
4	Прыжком подтянуть ноги в упор присев. Кувырок назад, встать, кувырок назад согнувшись в упор стоя ноги врозь, выпрямиться. Наклон назад – мост, держать, поворот кругом в упор присев. Шагом одной, махом другой перекидной прыжок с поворотом на 180 градусов	1,0
5	Шагом одной махом другой стойка на руках (обозначить), опускание в мост, встать с моста. (усложнение перекидка вперед на одну ногу).	2,0
6	Шагом одной подбивной прыжок с продвижением вперед (одна рука вперед, другая в сторону)	0,5
7	Переворот боком через одну руку в стойку ноги врозь	2,0
8	Глубокий выпад правой, (левой) с поворотом на 90 градусов, поворот на 360 градусов в глубоком приседе (нога параллельно полу) «пистолетик». Встать по ходу движения	2,0
9	Шаг вперед и прыжок со сменой согнутых ног (козлик)	0,5
10	Шаг вперед, руки в стороны – одноименный поворот на 360 градусов. Усложнение на 540 градусов, руки в стороны (свободная нога согнута, носок прижат к колену опорной ноги)	1,0 2,0
11	И.п.	

Упражнение для 9–11 классов, юноши

	Название	Баллы
	И.п. – основная стойка	
1	Шагом вперед, равновесие на правой (левой) ноге, руки в стороны («ласточка») держать, глубокий выпад с поворотом на 90 градусов, поворот на 360 градусов в глубоком приседе, нога параллельно полу. Приставляя ногу встать в стойку ноги вместе, руки вверх с поворотом на 90 градусов плечом назад	2,0
2	Кувырок назад согнувшись в стойку на руках (обозначить). Опустив ноги, встать в основную стойку. Выполнить шаг назад с поворотом на 180 градусов Из стойки руки вверх, кувырок вперед прыжком, прыжок вверх ноги врозь, (разведение ног более 90 градусов), длинный кувырок прыжком с поворотом на 540 градусов	1,0 2,0
3	Подъем разгибом с головы в стойку руки вверх, переворот в сторону с опорой на одну руку приставляя ногу поворот на 90 градусов по ходу движения, с прыжка переворот с поворотом на 180 градусов (рондат)- прыжок вверх с поворотом на 360 градусов	2,0
4	Шагом одной, махом другой стойка на руках (обозначить) и кувырок вперед в стойку ноги врозь	1,0
5	Силой выход в стойку на голове и руках, (держать) - согнуть ноги и выпрямляясь выйти в стойку на руках, (обозначить), кувырок вперед в упор присев Усложнение: силой согнувшись стойка на руках (сичаг), обозначить, кувырок вперед	2,0 3,0
6	Шагом одной, махом другой, перекидной прыжок с поворотом на 180 градусов	0,5
7	Переворот боком с правой ноги, переворот боком с левой ноги	1,0
8	Шагом правой (левой) прыжок со сменой ног «ножницы» (ноги не ниже 90 градусов)	0,5
9	Шагом одной, махом другой стойка на руках с поворотом на 180 градусов в кувырок вперед	1,0
10	И.п.	

ОПИСАНИЕ ПРАКТИЧЕСКОГО ИСПЫТАНИЯ
«СПОРТИВНАЯ ИГРА – БАСКЕТБОЛ»
(МАЛЬЧИКИ И ДЕВОЧКИ 7–8 КЛАССОВ,
ЮНОШИ И ДЕВУШКИ 9–11 КЛАССОВ)
Общие положения

Задание состоит из выполнения комбинации базовой части примерной программы по физической культуре по разделу спортивные игры «Баскетбол».

Конкурсное задание по баскетболу заключается в выполнении комбинации мальчиками и девочками 7–8 классов; юношами и девушками 9–11 классов, имеющими *удовлетворительное состояние здоровья, отнесенные к основной медицинской группе.*

Регламент испытания

Руководство

Руководство для проведения испытаний по баскетболу состоит из назначенного представителя оргкомитета и главного судьи по баскетболу, судьи на площадке, секретарь.

Участники

Участники должны быть одеты в спортивные шорты, футболки и кроссовки. Использование украшений не допускаются. При нарушении требований к спортивной форме участник может быть наказан штрафом (**прибавлением 10 секунд**) или не допущен к испытаниям.

Порядок выступления

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

2. Прежде чем участник начинает свое выступление, должны были быть четко объявлены его имя, фамилия. После вызова участнику дается **15 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 (левая) рука.

4. Представителям делегации не разрешается разговаривать, делать съёмку 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 двух предшествующих пунктах, главный судья по баскетболу имеет право наказать участника штрафом **5 сек (прибавлением)**, а в случае грубого нарушения – отстранить от участия в испытаниях.

Повторное выступление

1. Выступление участника не может быть начато повторно за исключением случаев, вызванных непредвиденными обстоятельствами, к которым отнесены:

- поломка оборудования, произошедшая в процессе выступления;
- неполадки в работе общего оборудования – освещение, задымление помещения и т. д.

2. При возникновении указанных выше ситуаций участник должен немедленно прекратить выступления. Если выступление завершено, оно должно было быть оценено.

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

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

Разминка

Перед началом выступлений участникам предоставляется разминка из расчета не

более **30 секунд** на одного участника.

Судьи

Главный судья по баскетболу определяет составы судейских бригад, оценивающий выступления девушек и юношей. Каждая бригада состоит из арбитра и трёх судей.

Оборудование

1. В 7–8 классах контрольное упражнение выполняется на площадке со специальной разметкой для игры в баскетбол.

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

Задания для 7–8 классов, девочки и мальчики

Оборудование

Баскетбольные мячи – 5 штук, мальчики – мяч №7, девочки – мяч №6.

Фишки – 8 шт.

Программа испытаний

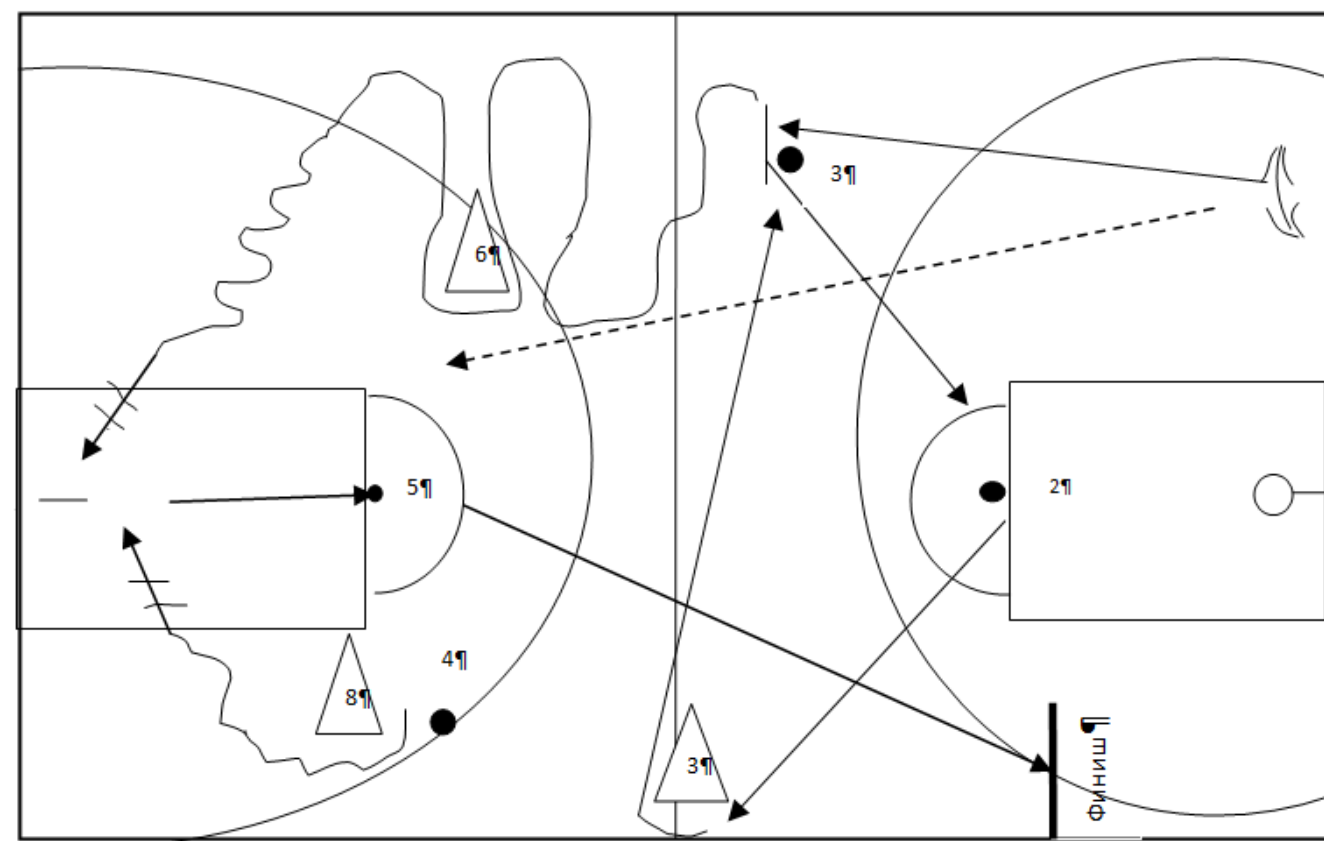
Участник находится на линии старта лицом к стене. По сигналу судьи игрок берет мяч №1, находящийся на расстоянии 2 метра от лицевой линии. Затем выполняет передачу левой рукой в стену, правой рукой в стену, двумя руками от груди в стену. Делает поворот на правой ноге (левой) вокруг себя, один удар мячом в пол и передача в движении после двух шагов в трехочковую зону. Далее ускорение до фишки №2, выполняет остановку и разворот в сторону щита №1, перемещаясь к нему приставными шагами правым боком к мячу №2, выполняет штрафные бросок мячом №2. Перемещается в сторону фишки №3 (на расстоянии 1 метр от боковой линии) приставными шагами левым боком и обегает ее, перемещается спиной вдоль средней линии к фишке №2. Берем мяч №3, обводим правой рукой фишку №2, ведение змейкой вокруг фишек №4, 5, 6, 7 (дальней рукой от фишек) – фишки № 2, №5, №7 на расстоянии 4 метров, фишки №4, №6 на расстоянии 4 метров между собой 2 метров в левую сторону. Ведение мяча к щиту №2, выполняем бросок в движении после двух шагов правой рукой (в случае не попадания мяча в кольцо участнику дают одну дополнительную попытку, обязательно обегать фишку №7). Из-под кольца бежит к фишке №8 (находящейся в трехочковой зоне напротив кольца №2 с левой стороны), берет мяч №4 (лежит на трехочковой линии), обводит фишку №8 левой рукой и выполняет атаку кольца левой рукой в два шага(под любую ногу). Бежит к мячу номер 5 лежащий на штрафной линии, выполняет бросок в кольцо. После выполнения броска, ускорение до линии финиша.

Оценка выполнения

За каждое нарушение правил в технике:

- При каждом нарушении передачи мяча в стену (неправильная последовательность передач, мяч упал на пол) – +3 секунды;
- Ведение мяча, пробежка (пронос), двойное ведение, неправильная смена рук, касание фишки мячом или ногой – +3 секунды;
- Необегание фишки – +5 секунд;
- Мяч не попал в трехочковую зону – +3 секунды;
- Перемещение неуказанным способом – +3 секунды;
- За каждое непопадание в кольцо – +10 секунд;
- Невыполнение дополнительной попытки при промахе – +10 секунд;
- При заступе во время выполнения штрафного броска попадание не засчитывается – +5 секунд;
- За невыполнение любого броска – +15 секунд;
- Участник не финишировал – +10 секунд.

Схема выполнения программы



Задания для 9–11 классов, девушки и юноши

Оборудование

Баскетбольные мячи – 7 штук, юноши – мяч №7, девушки – мяч №6.

Фишки – 12 шт.

Программа испытаний

Участник находится на линии старта лицом к стене. По сигналу судьи игрок берет мяч №1, находящийся на расстоянии 2 метров от стены. Затем выполняет передачу левой рукой в стену, правой рукой в стену, двумя руками от груди в стену и с отскоком от пола в стену. Делает поворот на левой (правой) ноге, один удар мячом в пол и передача в движении после двух шагов в трехочковую зону. Далее ускорение до фишки №2, выполняет остановку и разворот в сторону щита №1, перемещаясь к нему приставными шагами правым боком к мячу №2, выполняет штрафные броски мячами №2, №3, №4. Перемещается в сторону фишки №3 (на расстоянии 2 метров от стены) приставными шагами левым боком и обегает ее, перемещается спиной вдоль средней линии к фишке №2. Берем мяч №5, обводим правой рукой вокруг фишки №2, ведение змейкой вокруг фишек №4, 5, 6, 7 (дальней рукой от фишек) – фишки № 2, №5, №7 на расстоянии 4 метров, фишки №4, №6 на расстоянии 4 метров между собой, 2 метров в левую сторону. Ведение мяча к щиту №2, выполняет бросок в движении после двух шагов правой рукой (в случае не попадания мяча в кольцо участнику дают дополнительную попытку, обязательно обегать фишку №7). Из-под кольца бежит к фишке №8 (находящейся на расстоянии 2 метров от стены, напротив кольца №2), берет мяч №6 (лежащий рядом с фишкой на трехочковой линии), обводит фишку №8 левой рукой и выполняет атаку кольца по прямой левой рукой в два шага. После выполнения броска, бежит к мячу №7 (который находится на трехочковой линии на против кольца) и выполняет трехочковый бросок. Выполняет ускорение до линии финиша.

Оценка выполнения

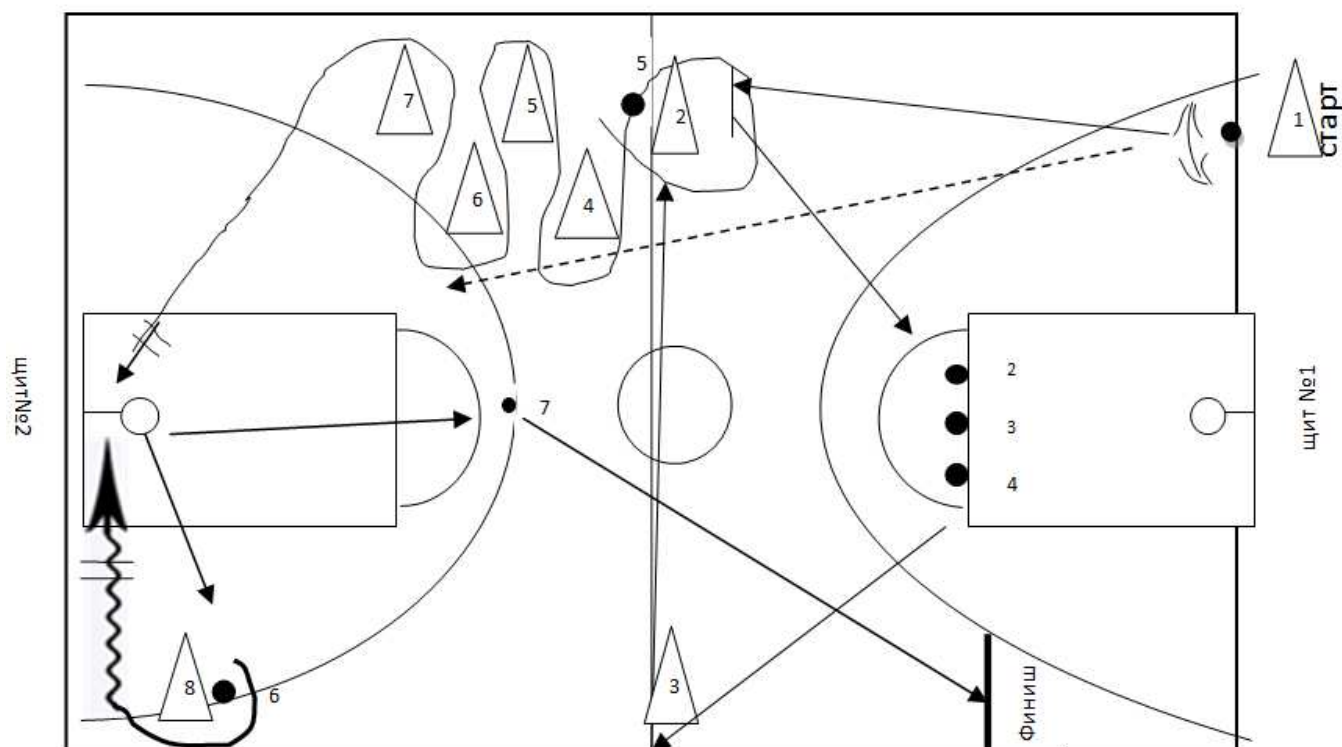
За каждое нарушение правил в технике:

– При каждом нарушении передачи мяча в стену (неправильная последовательность

передач, мяч упал на пол) – +3 секунды;

- Ведение мяча, пробежка – пронос, двойное ведение, неправильная смена рук, касание – фишки мячом или ногой – +3 секунды;
- Необегание фишки – +5 секунд;
- Мяч не попал в трехочковую зону – +3 секунды;
- Перемещение неуказанным способом – +3 секунды;
- За каждое непопадание в кольцо – +10 секунд;
- Невыполнение дополнительной попытки при промахе – +10 секунд;
- При заступе во время выполнения штрафного броска попадание не засчитывается – +5 секунд;
- За невыполнение любого броска – +15 секунд;
- Участник не финишировал – +10 секунд.

Схема выполнения программы



Юноши выполняют комбинацию мячом № 7.

Девушки выполняют комбинацию мячом № 6.