

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Удмуртский государственный университет»
Институт физической культуры и спорта

Всероссийская олимпиада школьников по предмету «Физическая культура»

Методическое руководство
по проведению муниципального этапа
Всероссийской олимпиады школьников
по физической культуре в 2022-2023 учебном году



Ижевск
2022

ISBN978-5-4312-1063-1

© А.А. Райзих, С.С. Максимова,
А.Е. Алабужев, А.Г. Щенникова, сост., 2022
© ФГБОУ ВО «Удмуртский
государственный университет», 2022

УДК 373.1.02:372.8

ББК 74.267.5

В85

Рекомендовано к изданию Учебно-методическим советом УдГУ

Утверждено республиканской предметно-методической комиссией по проведению Всероссийской олимпиады школьников по физической культуре (протокол № 1, от 10.09.2021 г.)

Составители: Райзих А.А., Максимова С.С.,
Алабужев А.Е., Щенникова А.Г.

В85 Всероссийская олимпиада школьников по предмету «Физическая культура»: метод. рук. по проведению муницип. этапа Всерос. олимпиады школьников по физ. культуре в 2022-2023 учеб. году [Электронный ресурс]: / сост.: А.А. Райзих и др. – Электронное (символьное) издание (1,36Мб) – Ижевск, 2022. – Электрон. опт. диск (CD-R).

В методическом руководстве содержатся нормативные документы, программа, материалы по судейству конкурсных испытаний муниципального этапа Всероссийской олимпиады школьников по предмету «Физическая культура».

Руководство предназначено для студентов и преподавателей физкультурных вузов, учителей физической культуры, специалистов в сфере физической культуры и спорта. Методическое руководство составлено в соответствии с требованиями Центральной предметно-методической комиссии.

Минимальные системные требования:

Celeron 1600 Mhz; 128 Мб RAM; WindowsXP/7/8 и выше; 8x CDROM; разрешение экрана 1024×768 или выше; программа для просмотра pdf.

ISBN 978-5-4312-1063-1

© А.А. Райзих, С.С. Максимова,
А.Е. Алабужев, А.Г. Щенникова, сост., 2022
© ФГБОУ ВО «Удмуртский
государственный университет», 2022

**Всероссийская олимпиада школьников по предмету
«Физическая культура»:**

Методическое руководство по проведению муниципального этапа Всероссийской олимпиады школьников по физической культуре в 2022-2023 учебном году

Подписано к использованию 14.12.2022

Объем электронного издания 1,36Мб на 1 CD.

Издательский центр «Удмуртский университет»

426034, г. Ижевск, ул. Ломоносова, д. 4Б, каб. 021

Тел. : +7(3412)916-364 E-mail: editorial@udsu.ru

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	4
ТРЕБОВАНИЯ К ПРОВЕДЕНИЮ МУНИЦИПАЛЬНОГО ЭТАПА ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В 2022-2023 УЧ. ГОДУ	5
1. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ	5
2. ПРОГРАММА.....	7
2.1. Теоретико-методическое испытание	7
2.2. Практические испытания.....	11
Легкая атлетика	12
Гимнастика.....	14
Прикладная физическая культура.....	30
3. ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ ОЛИМПИАДЫ	38
ПРИЛОЖЕНИЕ	39

ВВЕДЕНИЕ

Настоящее методическое руководство подготовлено республиканской предметно-методической комиссией по физической культуре с целью оказания помощи предметно-методическим комиссиям и жюри в подготовке, организации и проведении муниципального этапа олимпиады.

Методические материалы содержат рекомендации по порядку проведения Всероссийской олимпиады школьников по предмету «Физическая культура», требования к структуре и содержанию олимпиадных заданий, рекомендуемые источники информации для их подготовки.

Республиканская предметно-методическая комиссия по физической культуре выражает надежду, что представленное методическое руководство позволит обеспечить единство подхода к организации и проведению муниципального этапа Всероссийской олимпиады школьников по физической культуре всех районов Удмуртской республики и желает успехов организаторам в его проведении.

Председатель республиканской
предметно-методической комиссии
по физической культуре

А. А. Райзих

ТРЕБОВАНИЯ К ПРОВЕДЕНИЮ
муниципального этапа
Всероссийской олимпиады школьников
по предмету «Физическая культура»
в 2022-2023 уч. году

1. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ

Муниципальный этап является отборочным этапом Всероссийской олимпиады школьников по предмету «Физическая культура».

На данном этапе в олимпиаде могут принимать участие на добровольной основе все учащиеся 7-11-х классов организаций, осуществляющих образовательную деятельность по образовательным программам основного общего и среднего общего образования Удмуртской Республики.

Соответственно по двум возрастным группам определяются победители и призеры в соответствии с квотами, определенными организаторами муниципального этапа Олимпиады.

Участники муниципального этапа вправе выполнять олимпиадные задания, разработанные для более старших классов по отношению к тем, в которых они проходят обучение. В случае прохождения на следующие этапы олимпиады данные участники выполняют задания олимпиады, разработанные для класса, который они выбрали на школьном этапе олимпиады.

Рекомендуемые сроки проведения муниципального этапа: октябрь – ноябрь текущего года, количество проводимых дней – не более 3 дней.

Конкурсные испытания должны проводиться отдельно среди девочек/девушек и мальчиков/юношей.

Муниципальный этап олимпиады по предмету «Физическая культура» проводится по заданиям, составленным муниципальными предметно-методическими комиссиями олимпиады «на основе содержания образовательных программ основного общего и среднего образования углубленного уровня...» (п. 28 Порядка).

Конкурсные испытания олимпиады состоят из обязательных двух видов испытаний: теоретико-методического и практического.

На муниципальном этапе Центральной предметно-методической комиссией рекомендовано включать от двух до четырех практических заданий по выбору организатора соответствующего этапа олимпиады.

Содержание теоретико-методической и практической частей заданий муниципального этапа олимпиады соответствуют требованиям к уровню знаний и умений обучающихся соответствующих классов и выпускников основной и средней (полной) школы по образовательному предмету «Физическая культура» углубленного уровня.

Теоретико-методический тур испытания заключается в ответах и решении предложенных заданий.

Практический тур заключается в выполнении упражнений базовой части школьной примерной программы по предмету «Физическая культура» по разделам гимнастика, прикладная физическая культура, легкая атлетика и является обязательным испытанием муниципального этапа.

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

Количество практических испытаний на муниципальном этапе Всероссийской олимпиады *для 7 - 11-х классов равно 4*: состоят из разделов: легкая атлетика, гимнастика, прикладная физическая культура и являются обязательными. Количество баллов по видам испытаний олимпиады представлены в таблице 1.

Количество баллов по видам испытаний

Классы	Кол.-во испытаний	Теоретико-методическое испытание	Практическое испытание			Общая сумма баллов
			Гимнастика	Легкая атлетика	Спортивные игры	
7-11	4	25	25	25	25	100

2. ПРОГРАММА**2.1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ИСПЫТАНИЕ****Регламент испытания****1. Руководство испытаниями**

Руководство для проведения испытания состоит из:

- назначенного представителя жюри;
- главного судьи по теоретико-методическому заданию.

2. Порядок выполнения задания

2.1. Учащиеся выполняют задание:

– **7-11-е классы – 8 декабря с 10.00;**

2.2. Участники для выполнения задания обеспечиваются: вопросником, бланком ответов.

2.3. Использование мобильных телефонов, других средств связи и прочих информационных носителей, а также общение между участниками во время выполнения задания не разрешается.

2.4. Нарушение пункта 2.3. штрафуются аннулированием результата в теоретико-методическом испытании.

3. Судьи

3.1. Главный судья по теоретико-методическому заданию определяет состав судейской бригады, оценивающей качество выполнения задания.

4. Программа испытаний

Участники отвечают на вопросы тестового задания. Тематика вопросов соответствует требованиям углубленного уровня знаний выпускников основной и средней (полной) общей школы по образовательной области «Физическая культура».

5. Оценка исполнения

Оценку составляют баллы, начисляемые за количество правильных ответов на задания:

- а. в закрытой форме;
- б. в открытой форме;
- в. на соотнесение понятий и определений (на соответствие);
- г. процессуального или алгоритмического толка;
- д. в форме, предполагающей перечисление;
- е. с графическими изображениями двигательных действий;
- ж. кроссворд.

Таблица 2

**Количество и типы заданий, рекомендованные
для муниципального этапа
Центральной предметно-методической комиссией**

Класс	Типы и количество заданий							Кол.-во заданий	Время выполнения заданий
	а	б	в	г	д	е	ж		
7-8	18-20	4-5	1	1	1	-	-	25-30	45 мин.
9-11	18-22	5-7	2-3	1-2	1-2	1	1	30-35	

Предлагаемые вопросы разработаны по разделам:

Культурно-исторические основы физической культуры – соотношение понятий «культура» и «физическая культура»; отличительные признаки физической культуры; смысл и взаимосвязь понятий «физическое развитие», «физическое воспитание», «физическая подготовка», «физическое совершенство»; история возникновения и этапы развития физической культуры; общая характеристика основных направлений использования физической культуры в современном обществе; история игр Олимпиады и современного спортивного движения.

Специфическая направленность физического воспитания – взаимосвязь физического воспитания с другими видами воспитания; смысл основных специфических задач, решаемых в процессе физического воспитания; физические упражнения как средства физического воспитания, их содержание и техника; использование естественных сил природы и гигиенических факторов в физическом воспитании.

Основы теории и методики обучения двигательным действиям – двигательные действия как предмет обучения в физическом воспитании; умения и навыки как способы управления движениями, их отличительные признаки и закономерности формирования; особенности этапов обучения; роль подводящих, подготовительных и идеомоторных упражнений в процессе обучения; методы расчлененно-конструктивного и целостно-аналитического упражнения, избирательного и сопряженного воздействия в процессе обучения.

Основы теории и методики воспитания физических качеств – общая характеристика физических качеств; способы оценки уровня развития силы, быстроты, выносливости, гибкости, координированности и их разновидностей; регламентация нагрузки и отдыха как основа методики воспитания физических качеств; влияние нагрузки и её компонентов на процессы адаптации; методика воспитания основных физических качеств и их разновидностей.

Формы организации занятий в физическом воспитании – взаимодействие эффектов отдельных занятий физическими упражнениями как основа непрерывности физического воспитания; разнообразие форм занятий; характерные черты урочных форм занятий; особенности содержания самостоятельных тренировочных занятий общеукрепляющей, общеподготовительной и общеразвивающей направленности; особенности содержания утренней гигиенической гимнастики, физкультурных минуток и пауз, микросеансов упражнений, физкультурно-рекреативных занятий, соревнований.

Методика решения некоторых частных задач физического воспитания – осанка и её роль в процессе укрепления и сохранения здоровья; характерные признаки правильной осанки и методика её формирования; общее представление о нормальном телосложении, возможности физического воспитания в процессе формирования желаемых параметров частей тела, методики увеличения мышечной массы тела и её влияние на состояние здоровья; причины, вызывающие тучность и ожирение; методика использования физических упражнений в процессе снижения избыточной массы тела.

Некоторые условия, способствующие решению задач физического воспитания – здоровый образ жизни, режим дня, рациональное питание, закаливание, основы личной гигиены, профилактика травматизма.

5. Оценка исполнения

Оценку составляют баллы, начисляемые за количество правильных ответов на задания.

Максимальное количество баллов, которое возможно набрать участнику в теоретико-методическом задании формируется из суммы максимально возможных баллов по каждому типу заданий. Данный показатель будет необходим для выведения «зачетного» балла каждому участнику олимпиады в теоретико-методическом задании при расчете по формуле:

$$X_i = \frac{K * N_i}{M}, \text{ где}$$

X_i – зачетный «балл i -го участника;

K – максимально возможный «зачетный» балл в конкретном задании (по регламенту – 25);

N_i – результат i -го участника в конкретном задании;

M – максимально возможный результат в теоретико-методическом задании (для каждой возрастной группы свой).

Обращаем Ваше внимание, что максимальное количество «зачетных» баллов за теоретико-методический тур (в нашем случае для каждой возрастной группы свой максимальный балл) может получить участник, набравший максимальный результат в данном испытании, т.е., выполнивший все задания без ошибок. Участник, показавший лучший результат, но НЕ набравший в теоретико-методическом испытании максимальное количество баллов НЕ МОЖЕТ получить максимальный зачетный балл – 25.

2.2. ПРАКТИЧЕСКИЕ ИСПЫТАНИЯ

Конкурсное испытание заключается в выполнении упражнений базовой части Примерной программы по физической культуре по разделам: «Гимнастика», «Легкая атлетика», «Прикладная физическая культура».

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

РЕГЛАМЕНТ КОНКУРСНОГО ИСПЫТАНИЯ ПО ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ

1. Руководство испытаниями

1.1. Руководство для проведения испытаний состоит из:

- назначенного представителя жюри;
- главного судьи по испытанию;
- судей.

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 забегам согласно жеребьевки.

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

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

3.4. За нарушения, указанные в п.п. 3.3 и 3.4, главный судья имеет право наказать участника штрафом 5 с., а в случае грубого нарушения – отстранить от участия в испытаниях.

4. Разминка

4.1. Перед началом выступлений участникам предоставляется разминка.

5. Судьи

5.1. Главный судья определяет составы судейских бригад, оценивающих выступления девочек/девушек и мальчиков/юношей.

5.2. Каждая бригада состоит из арбитра и судей.

6. Время выступления

Запуск секундомера осуществляется с выстрелом, 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.

7. Программа испытаний

Конкурсное испытание заключается в преодолении дистанции (на стадионе, в манеже или в парке):

– девочки /девушки (7-11кл.) – 500 м;

– мальчики /юноши (7-11кл.) – 1000 м;

Фиксируется время преодоления дистанции.

8. Оценка выполнения

Практическое задание по легкой атлетике определяется по показанному времени каждым участником на соответствующей дистанции. Участнику, показавшему лучшее время, начисляется максимально возможные «зачетные» баллы (25 баллов); остальные результаты практических испытаний по легкой атлетике учащихся **7-8, 9-11-х классов** определяется по формуле:

$$X = \frac{K \times M}{N}, \quad \text{где:}$$

X – зачетный балл участника;

K – коэффициент (удельный вес задания) – 25;

M – лучший результат (в сек.);

N – результат участника (в сек.).

ГИМНАСТИКА

(учащиеся 7-11-х классов)

Регламент конкурсного испытания по гимнастике

1. Участники

1.1. Девочки должны быть одеты в купальники, комбинезоны или футболки с «лосинами». Раздельные купальники запрещены.

1.2. Мальчики должны 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. Для проведения испытаний участники распределяются по сменам, согласно жеребьевке.

2.2. В каждой смене участники выполняют акробатическое упражнение в порядке, определяемом стартовым протоколом.

2.3. Для выполнения упражнения участникам предоставляется только одна попытка.

2.4. Прежде чем участник начнет свое выступление, должны

быть четко объявлены его фамилия и имя. После вызова у участника есть **10** сек., чтобы начать выполнение упражнения. Упражнение, выполненное без вызова, не оценивается.

2.5. Если участник при выполнении упражнения допустил неоправданную, явно выраженную паузу более **5** секунд, упражнение прекращается и оценивается только его выполненная часть.

2.6. Упражнение должно иметь четко выраженное начало и окончание. При нарушении данного требования производится сбавка **0,5** балла.

2.7. 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.

2.8. Представителям делегаций не разрешается разговаривать, вести фото и видеосъемку во время выполнения упражнения. Мобильные телефоны должны быть выключены.

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

2.10. За нарушения, указанные в п.2.8. и главный судья имеет право удалить представителя района из зала. За нарушение, предусмотренное п. 2.9. – 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 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 **30** секунд на одного человека.

5. Судьи

5.1. Для руководства испытаниями назначается судейское жюри.

5.2. Жюри состоит из двух судейских бригад

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

6. «Золотое правило»

6.1. Акробатическое упражнение должно соответствовать способностям и возможностям исполнителя. Ради увеличения оценки не следует идти на неоправданный риск, связанный с выполнением элементов повышенной трудности, жертвуя надёжностью, стилем и технической чистотой исполнения.

7. Оценка трудности упражнения бригадой «А»

7.1. Суммарная стоимость обязательных соединений и прыжков составляет **10.0 баллов**

7.2. Общая суммарная стоимость выполненных участником акробатических элементов и соединений не ограничена.

7.3. Все элементы и соединения засчитываются, если они выполнены без ошибок, приводящих к их сильному, до неузнаваемости искажению.

7.4. В случае выполнения только одного или двух динамических элементов с направлением вращения вперед, их трудность не будет засчитана.

8. Оценка исполнения упражнения бригадой «В»

8.1. Все исполняемые участниками элементы трудности, связующие элементы и соединения должны выполняться технически правильно, в соответствии с требованиями гимнастического стиля.

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

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

8.4. Ошибки исполнения могут быть: мелкими – **0,1- 0,2** балла, средними – **0,3 - 0,4** балла, грубыми - **0,5** балла. Ошибки невыполнения элемента – **0,5 балла**.

Касание пола за ограничительными линиями акробатической дорожки наказывается сбавкой в **1,0** балл.

8.5. 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.

8.6. Председатель судейского жюри имеет право сделать специальные сбавки, которые вычитаются из окончательной оценки

за нарушение требований к общему порядку выполнения упражнений.

9. Программы испытаний

Испытания девушек и юношей **7-11-х классов** проводятся в виде выполнения акробатического упражнения, составленного из обязательных соединений и прыжков. Каждое соединение включает в себя акробатические элементы, стоимостью 1,0 балл.

Суммарная стоимость **обязательных соединений и прыжков** (трудность упражнения) составляет 10,0 баллов.

Трудность упражнения может быть увеличена за счет включения:

1. Одного произвольного соединения, состоящего из трех различных динамических элементов с направлением вращения вперед, выполняемых слитно, в одном направлении, без промежуточных шагов, подскоков и пауз, представленных в таблице 1 (возможно использование трех элементов как из одной, так и из разных структурных групп).

2. Динамических элементов с направлением вращения назад. В случае выполнения одного и того же элемента несколько раз трудность будет считаться единожды.

Произвольное соединение, состоящего из трех различных динамических элементов с направлением вращения вперед, разрешается вставлять после выполнения обязательных соединений.

Элементы, с направлением вращения назад разрешается вставлять как в начало упражнения, так и в конце выполнения обязательных соединений.

Прыжки разрешается включать:

- в любую часть упражнения, не разрывая элементов в обязательных соединениях;
- завершая произвольное соединение.

Не разрешается выполнение двух прыжков слитно.

Комбинация должна иметь четко выраженное начало и окончание, может включать в себя связующие элементы, придающие комбинации целостность и, динамичность, выполняться слитно со сменой направления, без неоправданных пауз и должно представлять собой логично выстроенную композицию двигательного действия. Фиксация статических элементов не менее **2 секунд**.

В случае изменения установленной последовательности выполнения элементов в **обязательных соединениях, и порядке соединений**, упражнение считается не выполненным, и участник получает **0,0** баллов (добавление прыжка и/или динамического элемента с направлением вращения назад).

Продолжительность упражнения, как у девочек/девушек, так и у мальчиков/юношей не должна превышать **1 минуты 20 секунд**.

Не использование всех обязательных соединений и прыжков наказывается сбавкой в 2,0 балла (за каждый пропущенный элемент).

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

Для выполнения упражнения участникам предоставляется только одна попытка.

В случае не заполнения **карточки выполнения акробатического упражнения** для судейского жюри выполнение участником динамических элементов с направлением вращения вперед, и назад их трудность не будет засчитана. (прил.1)

9.1. Программа испытаний девочек 7-8-х классов

Элементы и соединения с их стоимостью

И.п. – основная стойка

1. Одноименный поворот на одной на 360°, другая согнута (1,0 балл) – 1-2 шага вперед переднее равновесие, руки в стороны, держать (1.0 балл)

2. Из упора присев перекатом назад стойка на лопатках без помощи рук, держать (1,0 балл) – упор сидя сзади углом, сед углом, руки в стороны, держать (1,0 балл), лечь, руки вверх;

3. Из положения лежа на спине «мост», держать, поворот кругом в упор присев (1,0 балл), встать руки вверх, шагом одной махом другой стойка на руках, обозначить, и опуститься на правое (левое) колено, руки в стороны (1,0 балл);

4. Кувырок назад в упор стоя согнувшись ноги врозь (1,0 балл), не выпрямляясь прыжком упор присев, кувырок назад в упор стоя согнувшись (1,0 балл);

5. Обязательные прыжки: **П1** – прыжок вверх со сменой согнутых ног «козлик» (1,0 балл), **П2** – прыжок вверх с поворотом на 360° (1,0 балл).

Таблица 3

Элементы с направлением вращения вперед и их стоимость

Группы / стоимость	0,2	0,4	0,6	0,8	1,0
А	1. Кувырок вперед	2. Длинный кувырок вперед	3. Кувырок вперед прыжком	4. Кувырок вперед в упор стоя согнувшись	5. Стойка на руках, обозначить, кувырок вперед
В			3. Переворот в сторону	4. Переворот в сторону через одну руку	5. Переворот в сторону с поворотом на 90°

Элементы с направлением вращения назад и их стоимость (в баллах):

Е1. Медленный переворот назад – 0,8

Е2. Фляк назад – 1,0

9.2. Программа испытаний мальчиков - 7-8-х классов

Элементы и соединения с их стоимостью

И.п. – основная стойка

1. Одноименный поворот на одной на 360° , другая согнута (1,0 балл) – 1-2 шага вперед переднее равновесие, руки в стороны, держать (1,0 балл);

2. Из упора присев перекатом назад стойка на лопатках без помощи рук, держать (1,0 балл), упор сидя сзади углом, сед углом, руки в стороны, держать (1,0 балл), сед;

3. Кувырок назад в упор стоя согнувшись ноги врозь (1,0 балл), не выпрямляясь, прыжком упор присев, кувырок назад в упор стоя согнувшись (1,0 балл);

4. Из упора присев стойка на голове и руках, держать, упор присев (1,0 балл), встать руки вверх, шагом одной махом другой стойка на руках, обозначить, и опуститься на правое (левое) колено, руки в стороны (1,0 балл);

5. Обязательные прыжки: **П1** - прыжок вверх со сменой согнутых ног «козлик» (1,0 балл), **П2** - прыжок вверх с поворотом на 360° (1,0 балл).

Таблица 4

Элементы с направлением вращения вперед и их стоимость

Группы/стоимость	0,2	0,4	0,6	0,8	1,0
А	1.Кувырок вперед	2.Длинный кувырок вперед	3.Кувырок вперед прыжком	4. Кувырок вперед в упор стоя согнувшись	5.Стойка на руках, обозначить, кувырок вперед
В			3.Переворот в сторону	4.Переворот в сторону через одну руку	5.Переворот в сторону с поворотом на 90°

Элементы с направлением вращения назад и их стоимость (в баллах):

Е1.Кувырок назад в стойку на руках, обозначить – 0,8

Е2. Фляк назад – 1,0

9.3. Программа испытаний девушек – 9 - 11-х классов**Элементы и соединения с их стоимостью**

И. п. – основная стойка

1. Одноименный поворот на одной на 360°, другая согнута, (1,0 балла) – 1-2 шага вперед переднее равновесие, руки в стороны, держать (1,0 балл);

2. Из упора присев перекатом назад стойка на лопатках без помощи рук, держать (1,0 балл), лечь руки вверх, сед углом, руки в стороны, держать (1,0 балл);

3. Кувырок назад согнувшись ноги врозь (1,0 балл), выпрямляясь, прыжок на две и кувырок назад согнувшись (1,0 балл);

4. Из стойки ноги врозь, руки вверх, наклоном назад, мост, держать, поворот кругом в упор присев (1,0 балл), встать руки вверх, шагом одной махом другой стойка на руках, обозначить, и опуститься на правое (левое) колено, руки в стороны (1,0 балл);

5. Обязательные прыжки: **П1** – прыжок вверх со сменой прямых ног «ножницы» (1,0 балл), **П2** - прыжок вверх с поворотом на 360° (1,0 балл).

Таблица 5

Элементы с направлением вращения вперед и их стоимость

Группы/стоимость	0,2	0,4	0,6	0,8	1,0
А	1. Кувырок вперед	2. Длинный кувырок вперед	3. Кувырок вперед прыжком	4. Стойка на руках, обозначить, кувырок вперед	5. Стойка на руках, обозначить, кувырок вперед согнувшись

В		2. Переворот в сторону	3. Переворот в сторону через одну руку	4. Переворот в сторону с поворотом на 90°	
С			3. Темповой (медленный) переворот на одну	4. Темповой переворот на две	5. Темповой переворот с двух на две

Элементы с направлением вращения назад и их стоимость (в баллах):

Е1. Медленный переворот назад – 0,6

Е2. Кувырок назад в стойку на руках, обозначить – 0,8

Е3. Фляк назад – 1,0

9.4. Программа испытаний юношей – 9 - 11-х классов

Элементы и соединения с их стоимостью

И. п. – основная стойка

1. Одноименный поворот на одной на 360°, другая согнута, (1,0 балла) – 1-2 шага вперед переднее равновесие, руки в стороны, держать (1,0 балл);

2. Из упора присев перекатом назад стойка на лопатках без помощи рук, держать (1,0 балл), лечь руки вверх, сед углом, руки в стороны, держать, сед (1,0 балл);

3. Кувырок назад согнувшись ноги врозь (1,0 балл), выпрямляясь, прыжок на две и кувырок назад согнувшись (1,0 балл);

4. Из упора присев (или согнувшись) стойка на голове и руках силой, держать (1,0 балл), встать руки вверх, шагом одной махом другой стойка на руках, обозначить, и опуститься на правое (левое) колено, руки в стороны (1,0 балл).

5. Обязательные прыжки: **П1** – прыжок вверх со сменой прямых ног «ножницы» (1,0 балл), **П2** – прыжок вверх с поворотом на 360° (1,0 балл).

Таблица 6

Элементы с направлением вращения вперед и их стоимость

Группы/стоимость	0,2	0,4	0,6	0,8	1,0
А	1.Кувырок вперед	2.Длинный кувырок вперед	3.Кувырок вперед прыжком	4.Стойка на руках, обозначить, кувырок вперед	5.Стойка на руках, обозначить, кувырок вперед согнувшись
В		2.Переворот в сторону	3. Переворот в сторону через одну руку	4. Переворот в сторону с поворотом на 90°	
С			3. Темповой (медленный) переворот на одну	4.Темповой переворот на две	5.Темповой переворот с двух на две

Элементы с направлением вращения назад и их стоимость (в баллах):

- Е1. Кувырок назад в стойку на руках, обозначить – 0,6
- Е2. Кувырок назад согнувшись в стойку на руках, обозначить – 0,8
- Е3. Фляк назад – 1,0

9.5. Требования к выполнению отдельных элементов

Повороты

– **Одноименный поворот на одной на 360°**, другая согнута вперед и прижата носком к колену (движение, совпадающее по направлению со стороной конечности: на правой – вправо, или на левой – влево) – выполняется вертикально, строго на носке опорной ноги без переступаний и подскоков.

Равновесия, седы – удержание 2 секунды

– **Переднее равновесие** - туловище и свободная нога подняты выше горизонтали, опорная нога прямая;

– **сед углом, руки в стороны** - незначительное отклонение туловища от вертикального положения, пятки подняты на уровне подбородка.

Стойки

– **Стойка на лопатках без помощи рук** – полностью выпрямленное вертикальное положение тела, удержание 2 секунды;

– **стойка на руках** – руки полностью выпрямлены, отсутствие угла в плечевых и/или в тазобедренных суставах. Обозначение стойки 1 секунду;

– **стойка на голове и руках** – сгибаемая нога, удержание 2 секунды;

– **стойка на голове и руках силой** – выход в стойку без отталкивания ногами от опоры, удержание 2 секунды;

– **из стойки на руках - кувырок вперед** – фиксация стойки на руках 1 секунда, плотная группировка, без отталкивания руками от опоры при завершении;

– **из стойки на руках - кувырок вперед согнувшись** – фиксация стойки на руках 1 секунда, ноги вместе, без удара о пол при завершении;

Кувырки вперед

- **Кувырок вперед** – плотная группировка, без отталкивания руками от опоры при завершении;
- **кувырок вперед согнувшись** – ноги прямые, без удара о пол при завершении;
- **длинный кувырок вперед** – постановка рук не ближе 60 – 80 см от носков, плотная группировка, без отталкивания руками от опоры;
- **кувырок вперед прыжком** – явно выраженная фаза полета, при завершении элемента без потери темпа.

Кувырки назад

- **кувырок назад в упор стоя согнувшись (ноги врозь)** – плотная группировка, ноги выпрямлены при завершении;
- **кувырок назад согнувшись (в стойку ноги врозь)** - ноги выпрямлены и вместе (врозь), мягкая, без удара постановка ног на опору при перекате;
- **кувырок назад в стойку на руках** – плотная группировка, фиксация стойки на руках 1 секунда.
- **кувырок назад согнувшись в стойку на руках** – ноги выпрямлены, фиксация стойки на руках 1 секунда.

Прыжки

- **прыжок вверх со сменой согнутых ног вперед «козлик»** – бедро согнутой ноги горизонтально, смена согнутых ног не ниже 90° ;
- **прыжок вверх со сменой прямых ног вперед «ножницы»** – смена прямых ног не ниже 90° ;
- **прыжок вверх с поворотом на 360°** – выполняется строго вертикально с выпрямлением тела, ноги вместе, приземление без потери равновесия, недоворот стоп при приземлении на угол более 45° , на одну ногу – ошибка невыполнения;

Перевороты

- **переворот в сторону («колесо»)**, **переворот в сторону («колесо») с опорой на одну руку**- прохождение вертикали без сгибания в плечевых и/или тазобедренных суставах и потери темпа;
- **переворот в сторону с поворотом на 90° («рондат»)** - прохождение вертикали без сгибания в плечевых и/или тазобедренных суставах, соединяя прямые ноги в стойке на руках, выполнить «курбет» на две ноги;
- **медленный переворот вперед** - выполняется без фиксации переднего равновесия. Допускается выполнение со сменой ног при прохождении стойки на руках, без сгибания в плечевых и/или тазобедренных суставах и потери темпа в вертикали, приземлиться на одну ногу, другая назад на носок;
- **медленный переворот назад** – выполняется из стойки на одной, другая вперед на носок махом одной толчком другой через стойку на руках ноги врозь. Допускается выполнение со сменой ног при прохождении стойки на руках, без сгибания в плечевых и/или тазобедренных суставах и потери темпа в вертикали, приземлиться на одну ногу;
- темповой переворот вперед на две** – выполняется махом одной толчком другой через стойку на руках с фазой полета на две ноги после толчка руками;
- **темповой переворот вперед с двух на две** – выполняется прыжком вперед двумя ногами с вращением вперед и промежуточной опорой прямыми руками с фазой полета на две ноги после толчка руками;
- темповой переворот назад на две «фляк»** – выполняется прыжком назад толчком двумя ногами с вращением назад, прогнувшись и промежуточной опорой прямыми руками, затем «курбет» и приземление на две ноги. Обязательны две фазы полета, равные по высоте и длине.

10. Окончательная оценка

10.1. Общая стоимость всех выполненных элементов участником, включая заявленные участником: произвольное соединение из трех различных элементов и элементы с вращением назад, составляют оценку за трудность упражнения. К оценке за трудность добавляется оценка за исполнение упражнения, при выведении которой из **10,0** баллов вычитаются сбавки за ошибки в технике выполнения элементов трудности, а также связующих элементов и соединений. Из полученной суммы вычитаются сбавки за нарушение требований к спортивной форме, продолжительности и композиционной целостности упражнения.

10.2. Максимально возможная окончательная оценка не ограничена.

11. Оценка исполнения

11.1. Расчет зачетных баллов практического испытания по гимнастике для учащихся **7-8-х классов** производится по формуле 1:

$$1) \quad X_1 = \frac{K \times N_1}{M}, \quad \text{где:}$$

X_1 – зачетный балл участника;

K – коэффициент (удельный вес задания) – **25**;

N_1 – результат участника в конкретном задании;

M – **максимальный результат – 24,6 балла**

11.2 Расчет зачетных баллов практического испытания по гимнастике для учащихся **9 - 11-х классов** производится по формуле 2:

$$2) \quad X_1 = \frac{K \times N_1}{M}, \quad \text{где:}$$

X_1 – зачетный балл участника;

K – коэффициент (удельный вес задания) – 25;
 N_1 – результат участника в конкретном задании;
 M – **максимальный результат – 25,2 балла**

12. Оборудование

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

ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

(учащиеся 7 – 11-х классов)

Испытания состоят из преодоления с учетом времени полосы препятствий комбинированных видов спортивных игр, составленной из 3 заданий, требующих проявления двигательных навыков: быстроты, точности, скоростно-силовых и двигательнo-координационных способностей (рис. 1).

Участник стартует с линии старта и последовательно выполняет все задания.

Остановка секундомера осуществляется в момент пересечения участником линии финиша.

Победитель определяется по наименьшему времени, затраченному на выполнение всех заданий. При неправильном выполнении заданий к общему времени прибавляются штрафные секунды.

Регламент испытания

1. Руководство испытаниями

1.1. Руководство для проведения испытания состоит из:

- назначенного представителя оргкомитета;
- главного судьи;
- судей на площадке;
- секретаря.

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 сек).

3. Порядок выступления

3.1. 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 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 15 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 правая 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 сек (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 общего оборудования – освещения, 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 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

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

6.2. Каждая бригада состоит из арбитра и судей.

7. Программа испытаний

Задание 1. «Баскетбол». Участник находится в зоне старта возле баскетбольного мяча. По сигналу судьи участник берёт мяч и начинает движение от стойки № 1 к стойке № 2 приставными шагами левым боком с ведением мяча правой рукой. Перед стойкой № 2 переводит мяч в левую руку, обводит стойку с левой стороны и продолжает движение к стойке № 3 приставными шагами правым боком с ведением мяча левой рукой. Аналогичным способом продолжает движение приставными шагами с ведением мяча между стойками №№ 3-4 и 4-5, своевременно переводя мяч перед каждой стойкой. Перед стойкой № 5 участник переводит мяч в правую ру-

ку, обводит стойку с правой стороны и продолжает движение бегом с ведением мяча кратчайшим путём к центральному кругу баскетбольной площадки. Обегает центральный круг против часовой стрелки и продолжает движение с ведением мяча в зону штрафного броска. Выполняет бросок в кольцо со штрафной линии (в случае непопадания – выполняет второй бросок вторым баскетбольным мячом, находящимся в зоне).

Задание 2. «Флорбол». После выполнения штрафного броска выполняет перемещение без мяча, обегая стойку № 6 с левой стороны, стойку № 7 – с правой, к линии старта флорбола. Берёт клюшку и выполняет удар по мячу, посылая его под 4 арками, перемещается с левой стороны от арок с клюшкой в руках и выполняет подбор мяча. После чего выполняет три последовательных удара по мячу с отскоком от скамейки с продвижением вперёд, не заступая за метровую линию вдоль скамейки. Ведёт мяч к стойке № 8 и с линии выполняет бросок по воротам.

Задание 3. «Футбол». Оставляет клюшку перед линией броска, обегает стойку № 8 с левой стороны и перемещается к линии старта футбола. На координационной лестнице выполняет прыжки на двух ногах - *два прыжка вперёд – один назад* – через пять перекладин. После прыжков начинает движение с ведением футбольного мяча левой ногой к стойке № 9 и обводит её с левой стороны, переводит мяч на правую ногу и обводит стойку № 10 с правой стороны. Аналогичным способом продолжает движение между стойками №№ 11-12. Продолжает движение к стойке № 13, обводит её с левой стороны левой ногой, переводит мяч на правую ногу и обводит стойку № 14 с правой стороны, снова переводит мяч на левую ногу и заканчивает полный круг восьмерки, обводя стойку № 13 с левой стороны. Далее продолжает движение с ведением мяча до 7-метровой отметки и выполняет удар низом внутренней стороной стопы по воротам. После выполнения удара по воротам, обегает стойку № 15 с правой стороны и бежит в сторону линии финиша

(лицевая линия волейбольной площадки). На этом конкурсное испытание считается законченным.

Остановка секундомера осуществляется в момент пересечения участником линии финиша.

Условные обозначения:






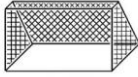







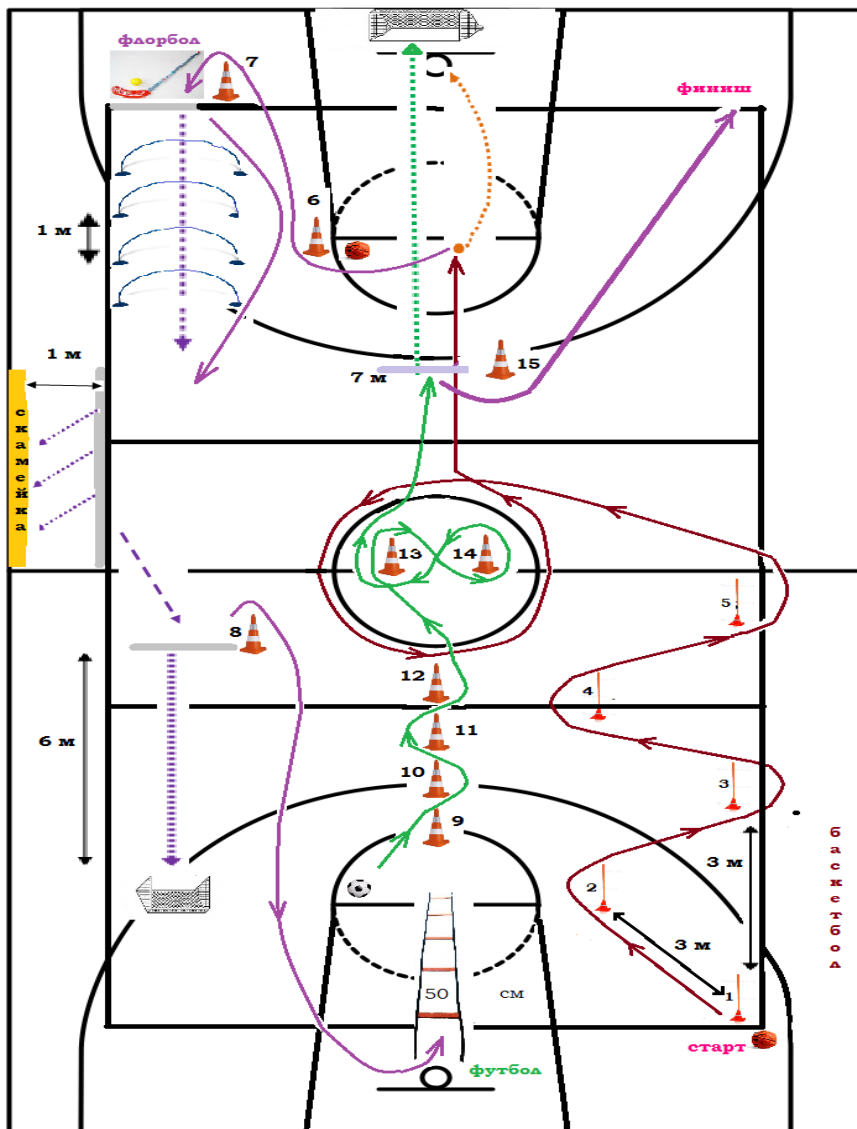
	<p>Стойки</p>		<p>Мяч и клюшка для флорбола</p>
	<p>Направление движения с мячом</p>		<p>Скамейка</p>
	<p>Движение без мяча</p>		<p>Ворота</p>
	<p>Направление полёта мяча</p>		<p>Координационная лестница</p>
	<p>Баскетбольный мяч</p>		<p>Арка</p>
	<p>Футбольный мяч</p>	<p>старт</p>	<p>Перед лицевой линией волейбольной площадки</p>
	<p>Линия выполнения бросков и ударов</p>	<p>финиш</p>	<p>За лицевой линией волейбольной площадки</p>
	<p>Расстояние до объектов</p>		

Схема конкурсного испытания «Комбинированные спортивные игры»



8. Оценка испытаний

Программа выступления считается законченной в момент пересечения участником линии финиша. Фиксируется время преодоления дистанции, точность выполнения прыжков, ударов и бросков. Время, затраченное участником на выполнение конкурсного испытания, определяется с точностью до 0,01с. Общая оценка испытания складывается из времени выполнения упражнения с учетом штрафного.

Штрафное время:

- касание или сбивание стойки - **+2с** (за каждое нарушение);
- обводка или обегание стойки не с той стороны или не той рукой (ногой) - **+2с** (за каждое нарушение);
- несвоевременный перевод мяча перед стойкой в другую руку (или на другую ногу) - **+2с** (за каждое нарушение);
- заступ за линию ведения, броска или удара - **+2с** (за каждое нарушение);
- выполнение ведения мяча не той рукой или ногой (оговаривается правилами выполнения испытания) - **+2с** (за каждое нарушение);
- пробежка - **+2с** (за каждое нарушение);
- непопадание мяча в цель - **+10с** (за каждое нарушение);
- невыполнение дополнительного броска (второго) в случае непопадания мяча в цель - **+10с**;
- выполнение ударов с отскоком от скамейки без продвижения вперёд - **+ 2с** (за каждое нарушение);
- нарушение цикла прыжков (выполнение неполного цикла: *два прыжка вперёд – один назад*) на координационной лестнице - **+2с** (за каждое нарушение);
- выполнение удара по воротам неуказанным способом (футбол) - **+ 2с**;
- невыполнение какого-то из заданий в комбинации (пропустил, забыл) - **+60с**;

– нарушение последовательности выполнения видов заданий (баскетбол, флорбол, футбол) – выполнение комбинации оценивается в **0 баллов**.

Бонус: за попадание мяча в цель в каждом задании минус **10 с** окончательного времени участника.

9. Время выступления

Включение секундомера осуществляется по сигналу судьи (задание № 1).

Остановка секундомера осуществляется в момент пересечения участником линии финиша.

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

Общая оценка испытания складывается из времени выполнения заданий плюс штрафное время.

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. Два баскетбольных мяча.

10.4. Один футбольный мяч.

10.5. Координационная лестница.

10.6. Один флорбольный мяч.

10.7. Одна флорбольная клюшка.

10.8. Пятнадцать стоек.

10.9. Одни футбольные ворота.

10.10. Одни флорбольные ворота.

10.11. Гимнастическая скамейка.

10.12. Четыре арки

3. ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ ОЛИМПИАДЫ

Окончательные результаты всех участников фиксируются в итоговой таблице (Excel), 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 муниципальным оргкомитетом, жюри определяет победителей и призеров муниципального этапа Олимпиады.

Итоговые протоколы заседания жюри муниципального этапа олимпиады среди учащихся **7-11 классов** должны быть представлены в АОУ УР «Региональный образовательный центр одаренных детей» в установленной форме электронный вариант в формате Excel, отдельно юноши и девушки).

В случае выявления нарушений при проверке работ и подсчете результатов муниципального этапа Олимпиады, региональная предметно-методическая комиссия по предмету «Физическая культура» оставляет за собой право отказать во включении представителей Муниципальных образований в списки участников Регионального этапа.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Принципы формирования комплектов олимпиадных заданий и методические подходы к составлению заданий школьного этапа олимпиады

Теоретико-методическое испытание является обязательным и заключается в решении заданий в тестовой форме. Продолжительность теоретико-методического испытания для всех групп участников – не более 45 (сорока пяти) минут.

В комплект олимпиадных заданий теоретического тура олимпиады по каждой возрастной группе (классу) входят: бланк заданий; бланк ответов; критерии и методика оценивания выполненных олимпиадных заданий.

Практические испытания заключаются в выполнении упражнений базовой части школьной примерной программы по предмету «Физическая культура» по разделам: гимнастика, спортивные игры, легкая атлетика, прикладная физическая культура. Организаторы могут включить в олимпиадные задания испытание по виду спорта из вариативной (региональной) части школьной программы.

На школьном этапе олимпиады рекомендуется включать *два-четыре* практических задания по выбору муниципальной (региональной) предметно-методической комиссии школьного этапа олимпиады.

При составлении заданий, бланков ответов, критериев и методики оценивания выполненных олимпиадных заданий необходимо соблюдать единый стиль оформления. Рекомендуемые технические параметры оформления материалов:

- размер бумаги (формат листа) – А4;
- размер полей страниц: правое – 1 см, верхнее и нижнее – 2 см, левое – 3 см;

- размер колонтитулов – 1,25 см;
 - отступ первой строки абзаца – 1,25 см;
 - размер межстрочного интервала – 1,5;
 - размер шрифта – кегль не менее 12;
 - тип шрифта – Times New Roman;
 - выравнивание – по ширине;
 - нумерация страниц: страницы должны быть пронумерованы арабскими цифрами в центре нижней части листа без точки с соблюдением сквозной нумерации ко всему документу;
 - титульный лист должен быть включен в общую нумерацию страниц бланка ответов, номер страницы на титульном листе не ставится;
 - рисунки и изображения должны быть хорошего разрешения (качества) и в цвете, если данное условие является принципиальным и необходимым для выполнения заданий;
 - таблицы и схемы должны быть четко обозначены, сгруппированы и рационально размещены относительно параметров страницы.
- Бланки ответов не должны содержать сведений, которые могут раскрыть содержание заданий. При разработке бланков ответов необходимо учитывать следующее:
- первый лист бланка ответов – титульный. На титульном листе должна содержаться следующая информация: указание этапа олимпиады (школьный, муниципальный); текущий учебный год; поле, отведенное под код/шифр участника; строки для заполнения данных участником – Ф.И.О., класс, полное наименование образовательной организации;
 - второй и последующие листы содержат: поле, отведенное под код/шифр участника; указание номера задания; поле для выполнения задания участником (разлинованный лист, таблица, схема, рисунок, и т.д.); поле для подписи членов жюри (Приложение 2).

1.1. Методические подходы к составлению заданий теоретического тура школьного этапа олимпиады

В содержание теоретико-методического испытания школьного этапа олимпиады необходимо включать максимально разнообразную тематику вопросов по следующим разделам:

1. Культурно-исторические основы физической культуры и спорта, олимпийского движения.
2. Основные понятия физической культуры и спорта.
3. Специфическая направленность физического воспитания.
4. Психолого-педагогические характеристики физкультурно-спортивной деятельности.
5. Основы теории и методики обучения двигательным действиям.
6. Основы теории и методики воспитания физических качеств.
7. Формы организации занятий в физическом воспитании.
8. Медико-биологические основы физкультурно-спортивной деятельности.
9. Спортивно-оздоровительные системы физических упражнений.
10. Основы самоконтроля при занятиях физической культурой и спортом.
11. Методика решения частных задач физического воспитания.
12. Условия, способствующие решению задач физического воспитания.
13. Правила соревнований по видам спорта.
14. Антидопинговые правила.

Тест теоретико-методического испытания школьного этапа олимпиады должен содержать различные типы заданий:

А. Задания в закрытой форме, т. е. с предложенными вариантами ответов. Задания представлены в форме незавершённых утверждений, которые при завершении могут оказаться либо истинными, либо ложными. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильное завершение из предложенных вариантов. Среди них содержатся как правильные, так и неправильные завершения, а также частично соответствующие смыслу утверждений. Правильными

являются те, которые наиболее полно соответствуют смыслу утверждения.

Б. *Задания в открытой форме*, т. е. без предложенных вариантов ответов. При выполнении этих заданий необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение.

В. *Задания на соответствие (соотнесение понятий и определений)*

Г. *Задания процессуального или алгоритмического толка.*

Д. *Задания в форме, предполагающей перечисление известных фактов, характеристик и т.п.*

Е. *Задания с иллюстрациями или графическими изображениями двигательных действий.*

Ж. *Задания-кроссворды.*

З. *Задания-задачи.*

В задания теоретико-методического испытания на школьный этап необходимо включать максимально разнообразные по тематической направленности и типам вопросы. Примерное количество и типы заданий теоретико-методического испытания школьного этапа представлены в таблице 1.

Перед выполнением теста участники олимпиады должны ознакомиться с инструкцией, которая является обязательной составной частью теста. Она должна быть короткой, понятной и общей для всех. В инструкции представлен обзор типов заданий, содержащихся в тесте, даны разъяснения по записи и оформлению ответов. В инструкции сообщается время, в течение которого необходимо выполнить тест.

Примерное количество и типы заданий теоретико-методического испытания школьного этапа олимпиады

Участники (классы)			Типы и количество заданий				Общее количество заданий		
<i>A</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>Г</i>	<i>Д</i>	<i>Е</i>	<i>Ж</i>	<i>З</i>		
5-6	12-15	2-3	1	–	–	1	–	–	16-20
7-8	11-13	3-4	1	1	1	1	1	1	18-22
9-11	10-12	4-5	2-3	1-2	1-2	1	1	1	20-27

Оценка выполнения участником любого задания не может быть отрицательной, минимальная оценка, выставляемая за выполнение отдельно взятого задания 0 баллов.

В комплект олимпиадных заданий теоретико-методического испытания по каждой возрастной группе (классу) входит:

- титульный лист
- бланк заданий;
- бланк ответов
- критерии и методика оценивания выполненных олимпиадных заданий (см. пример оформления в Приложении 3).

К олимпиадным заданиям предъявляются следующие общие требования:

- соответствие уровня сложности заданий заявленной возрастной группе;
- тематическое разнообразие заданий;
- корректность формулировок заданий;
- указание максимального балла за каждое задание и за тур в целом;
- соответствие заданий критериям и методике оценивания;
- наличие заданий, выявляющих склонность к научной деятельности и высокий уровень интеллектуального развития участников;

- наличие заданий, выявляющих склонность к получению специальности для поступления на которую (-ые) могут быть потенциально востребованы результаты олимпиады;
- недопустимо наличие заданий, противоречащих правовым, этическим, эстетическим, религиозным нормам, демонстрирующих аморальные, противоправные модели поведения и т.п.;
- недопустимо наличие заданий, представленных в неизменном виде, дублирующих задания прошлых лет, в том числе для другого уровня образования и задания, содержащиеся в методических рекомендациях центральной предметно-методической комиссии к школьному и муниципальному этапам текущего года.

Бланки ответов не должны содержать сведений, которые могут раскрыть содержание заданий.

При разработке критериев и методики оценивания выполненных олимпиадных заданий важно руководствоваться следующими требованиями:

- полнота (достаточная детализация) описания критериев и методики оценивания выполненных олимпиадных заданий и начисления баллов;
- понятность, полноценность и однозначность приведенных индикаторов оценивания.

Примеры теоретико-методических заданий различных типов.

А. Задания в закрытой форме с выбором одного правильного ответа.

Например. *Разновидностью какой игры является стритбол?*

а. баскетбол; б. волейбол; в. гандбол; г. пионербол

Правильный ответ: а.

Критерии и методика оценивания: правильный ответ оценивается в 1 балл, неправильный – 0 баллов.

Задания в закрытой форме с выбором нескольких правильных ответов.

В волейболе мяч считается проигранным если... Отметьте все позиции.

- а.** игрок прикоснулся к сетке во время игрового действия с мячом;
- б.** команда ударила по мячу 2 раза;
- в.** мяч при приеме коснулся потолка;
- г.** при подаче мяч пролетел над сеткой на половину соперника.

Правильный ответ: а, в.

Критерии и методика оценивания: правильный ответ оценивается в 1,0 балл. Если в ответе содержатся неверные ответы, то каждый правильный ответ оценивается в 0,25 балла
неправильный – минус 0,25 балла. Минимальная оценка в задании составляет 0 баллов. Ответ с исправлениями оценивается как неверный.

Б. Задания в открытой форме заключаются в дополнении основы утверждения собственной формулировкой его завершения.

Например. Завершите определение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.

Укажите вид спорта, в котором Николай Панин-Коломенкин завоевал звание олимпийского чемпиона.

Правильный ответ: фигурное катание.

Критерии и методика оценивания: правильный ответ оценивается в 2 балла, неправильный – 0 баллов. Ответ с ошибками в написании слов, зачеркиваниями и исправлениями оцениваются как неверный ответ.

В. Задания на соответствие (соотнесение понятий и определений).

Например. Сопоставьте название элемента и вида спорта, где данный элемент используется. Ответ буквами запишите в бланк ответов.

- | | |
|-----------------------|--------------------|
| 1 «Аксель» | А Баскетбол |
| 2 «Захват» | Б Вольная борьба |
| 3 Торможение «плугом» | В Легкая атлетика |
| 4 «Финт» | Г Лыжный спорт |
| 5 «Фосбери-Флоп» | Д Фигурное катание |

Правильный ответ: 1 – Д; 2 – Б; 3 – Г; 4 – А; 5 – В.

Критерии и методика оценивания: каждая верно указанная позиция оценивается в 1 балл, неправильная – 0 баллов. Ответы с исправлениями оцениваются как неверные.

Г. Задания процессуального или алгоритмического толка.

Например. *Расставьте в правильном порядке последовательность обучения техническому приёму баскетбола:*

1. имитация приёма;
2. закрепление в игре;
3. показ;
4. многократное повторение;
5. подводящие упражнения.

Правильный ответ: 3 5 1 4 2.

Критерии и методика оценивания: ответ, в котором содержится правильно установленная последовательность оценивается в 2 балла. Если в ответе содержится хотя бы одна неверная позиция, ответ считается неверным и оценивается в 0 баллов. Ответ с исправлениями оценивается как неверный.

Д. Задания, связанные с перечислениями.

Например. *Перечислите известные Вам основные средства физического воспитания.*

Правильный ответ: физические упражнения; естественные силы природы; гигиенические факторы.

Критерии и методика оценивания: каждая верно указанная позиция оценивается в 1 балл, неправильная – 0 баллов.

Е. Задания с иллюстрациями или графическими изображениями двигательных действий (пиктограммы).

Например. *Какой технический прием игры в баскетбол изображён на рисунке. Ответ запишите в бланк ответа.*

Правильный ответ: ведение мяча.

Критерии и методика оценивания: правильный ответ оценивается в 2 балла, неправильный – 0 баллов. Ответ с ошибками в написании слов, зачеркиваниями и исправлениями оцениваются как неверный ответ.

Ж. Задание-кроссворд.

Например. *Решите кроссворд, записав слова в бланке ответов.*

По вертикали

1. Бег на короткую дистанцию.
2. Прибор, способный измерять интервалы времени с точностью до долей секунды.
3. Преждевременный выход со старта или попытка выйти со старта раньше установленного сигнала.
5. Легкая перекладина, устанавливаемая на специальных стойках для прыжков высоту и с шестом.

По горизонтали

4. Завершающая фаза прыжка в длину с места.
6. Легкоатлетический снаряд для метания.
7. Спортсмен, легкоатлет, бегун на длинные дистанции.

Правильный ответ:

По вертикали:

По горизонтали:

1. спринт
2. секундомер
3. фальстарт
5. планка

Критерии и методика оценивания: Каждая верно указанная позиция оценивается в 1,5 балла, неправильная – 0 баллов.

З. Задания-задачи.

Например. *В бланке ответов напишите название фигур, которые на шахматной доске расположены неверно?*



Правильный ответ. Чёрные: слон и ладья. Белые: ферзь и король

Критерии и методика оценивания: правильное указание черных фигур оценивается в 2,5 балла, неправильное – 0 баллов. Правильное указание белых фигур оценивается в 2,5 балла, неправильное – 0 баллов. Максимальное количество баллов за ответ – 5.

Контакты МБУ «Центр образовательных инноваций»:



АДРЕС: 426073, Удмуртская Республика,
город Ижевск,
улица Молодежная, д.97 (2 этаж, вход с торца здания).



ТЕЛЕФОНЫ:

Директор: 42-92-75

Приемная: 42-92-77

Аттестация руководящих и педагогических работников: 42-92-78

Отдел организационно-методической работы: 42-92-76

Отдел инновационной работы, Конкурсы, Гранты: 42-92-79

САЙТ:

<http://izhmmc.ru/>

ОПИСАНИЕ ФУНКЦИОНАЛЬНОСТИ ИЗДАНИЯ:

Интерфейс электронного издания (в формате pdf) можно условно разделить на 2 части.

Левая навигационная часть (закладки) включает в себя содержание книги с возможностью перехода к тексту соответствующей главы по левому щелчку компьютерной мыши.

Центральная часть отображает содержание текущего раздела. В тексте могут использоваться ссылки, позволяющие более подробно раскрыть содержание некоторых понятий.

МИНИМАЛЬНЫЕ СИСТЕМНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ:

Минимальные системные требования: Celeron 1600 Mhz; 128 Мб RAM; Windows XP/7/8 и выше; 8x CDROM; разрешение экрана 1024×768 или выше; программа для просмотра pdf.

СВЕДЕНИЯ О ЛИЦАХ, ОСУЩЕСТВЛЯВШИХ ТЕХНИЧЕСКУЮ ОБРАБОТКУ И ПОДГОТОВКУ МАТЕРИАЛОВ:

Оформление электронного издания : Издательский центр «Удмуртский университет».

Подписано к использованию 14.12.2022
Объем электронного издания 1,36Мб на 1 CD.
Издательский центр «Удмуртский университет»
426034, г. Ижевск, ул. Ломоносова, д. 4Б, каб. 021
Тел. : +7(3412)916-364 E-mail: editorial@udsu.ru
