

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ 2015–2016 уч. г.
МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП
7–8 классы

Практический тур
Гимнастика

1. Испытания девочек и мальчиков проводятся в виде выполнения обязательного акробатического упражнения.
2. Участник имеет право на одну попытку, в которой он должен выполнить упражнение полностью.
3. В случае изменения установленной последовательности элементов, упражнение не оценивается, и участник получает 0,0 баллов.
4. Если участник не сумел выполнить какой-либо элемент, производится сбавка равная его стоимости, указанной в таблицах 1 и 2.
5. Выполняемое упражнение должно иметь чётко выраженное начало и окончание, и должно выполняться без неоправданных пауз с фиксацией статических элементов, указанных как «держать» – не менее 2-х секунд.
6. Каждый судья суммирует сбавки за ошибки в технике выполнения элементов и соединений, указанные в таблице 3, вычитая их из 10,0 баллов.
7. Судьи оценивают качество выполнения упражнений в сравнении с идеально возможным вариантом, учитывая требования к технике и стилю их исполнения.
8. Ошибки исполнения могут быть: мелкими – 0,1 балла; средними – 0,3 балла; грубыми – 0,5 балла.
9. Выполнение упражнения оценивается судейской бригадой, состоящей из трёх человек. Судьи должны находиться друг от друга на расстоянии, не позволяющем обмениваться мнениями до выставления оценки.
10. При выставлении оценки большая и меньшая из оценок судей отбрасываются, а оставшаяся оценка идёт в зачёт. При этом расхождение между максимальной и минимальной оценками судей не должно быть более 1,0 балла, а расхождение между оценкой, идущей в зачёт, и ближней к ней не должно превышать 0,3 балла.
11. Окончательная оценка выводится с точностью до 0,1 балла.
12. Максимально возможная окончательная оценка – 10,0 баллов.
13. Упражнение должно выполняться на акробатической дорожке шириной не менее 1,5 метров и длиной не менее 12 метров.

Таблица 1

**Акробатическое упражнение девочек 7–8 классов – участниц
муниципального этапа Олимпиады**

№ п/п	Упражнение	Стоимость
	И.п. – о.с.	
1	Шагом правой (левой) вперёд, левую (правую) в сторону на носок и фронтальное равновесие на правой (левой), левую (правую) в сторону не ниже 45°, держать	1,0
2	Приставляя ногу, кувырок вперёд прыжком в упор присев - кувырок вперёд в сед в группировке - лечь на спину, руки вверх	1,0+1,0
3	Согнуть руки и ноги – «мост», держать - поворот кругом (левую/правую) кругом в упор присев.	2,0
4	Перекат назад в стойку на лопатках без помощи рук, держать – перекат вперёд в упор присев - кувырок назад в упор присев – встать, руки вверх	1,0+1,0
5	Махом одной, толчком другой переворот в сторону («колесо») и, приставляя ногу, повернуться направо (налево) лицом в направлении движения	2,0
6	Прыжок с поворотом на 180 градусов	1,0

**Акробатическое упражнение мальчиков 7–8 классов –
участников муниципального этапа Олимпиады**

№ п/п	Упражнение	Стоимость
	И.п. – о.с.	
1	Шагом правой (левой) вперёд, левую (правую) в сторону на носок и фронтальное равновесие на правой (левой), левую (правую) в сторону не ниже 45°, держать	1,0
2	Приставляя ногу, кувырок вперёд прыжком в упор присев - кувырок вперёд в сед в группировке	1,0+1,0
3	Перекат назад в стойку на лопатках без помощи рук, держать - перекат вперёд в упор присев.	1,0
4	Толчком стойка на голове и руках (держать) – опуститься в упор присев – встать, руки вверх.	2,0
5	Махом одной, толчком другой переворот в сторону («колесо») и, приставляя ногу, повернуться направо (налево) лицом в направлении движения	2,0
6	Прыжок с поворотом на 180°	2,0

Таблица 3

Основные сбавки за нарушения техники выполнения отдельных элементов

№	Ошибки исполнения	Сбавки
1	Сильное, до неузнаваемости, искажение элемента	– стоимость элемента
2	Недостаточная высота полётной фазы прыжков, искажение рабочей осанки, неточное положение туловища, сгибание и/или разведение рук и ног	– до 0,5 балла
3	Отсутствие слитности, неоправданные задержки между элементами	– до 0,3 балла каждый раз
4	Остановка при выполнении упражнения более 7 секунд	Упражнение прекращается и оценивается его выполненная часть
5	Фиксация статического положения, указанного как «держать», менее 2-х секунд	– стоимость элемента
6	Ошибки приземления при завершении элемента или упражнения в целом: – переступание и незначительное смещение шагом – широкий шаг или прыжок – касание пола одной рукой, падение	– 0,1 балла – 0,3 балла – 0,5 балла
7	Выход за пределы акробатической дорожки	– 0,5 балла
8	Отсутствие чёткого выраженного начала или окончания упражнения	– 0,3 балла
9	Повторное выполнение упражнения после неудачного начала	– 0,5 балла