

Муниципальный этап Всероссийской олимпиады школьников

по физической культуре 2019-2020 учебный год

Практическая часть: Спортивные игры девушки и юноши 7 - 8 класс

Оборудование.

Один гимнастический мат 1 х 2 м; один баскетбольный мяч (размер мяча №6); волейбольная сетка (высота 224 см.); два волейбольных мяча; один гандбольный мяч (размер №1); пять сигнальных конусов (фишки-ориентиры или стойки).

Расположение инвентаря.

Конусы №1, №2, №3 стоят на одной линии вдоль оси площадки. №1, №3 на линии центрального круга, №2 в центре площадки.

Конусы №4 и №5 стоят на волейбольной линии нападения, в 2 метрах от боковой волейбольной линии.

Все конусы обведены меловым контуром по 3 см в сторону, от основания конуса.

Гандбольный мяч в руках у участника находящегося на старте.

Центральная линия является стартом.

Трёхочковая баскетбольная линия при выполнении задания по гандболу является линией площади ворот.

Футбольный мяч лежит по центру на линии штрафного броска.

Волейбольные мячи находятся на лицевой волейбольной линии на расстоянии 1 м от угла площадки.

Баскетбольный мяч расположен под баскетбольным кольцом на стороне стартовой линии.

Мат №1 прикреплен к стене по центру продольной оси площадки на противоположной стороне от стартовой линии.

Волейбольная сетка натянута по центру площадки на высоте 224 см для девочек и мальчиков. Нижний край сетки подвязан к верхнему краю волейбольной сетки.

Выполнение комбинации.

Задание №1 – гандбол

Участник находится на центральной линии (линии старта) с гандбольным мячом в руках. По команде «Марш!» участник делает три шага и выполняет бросок в опорном положении в ворота (мат №1), не заступая за линию площади ворот при броске (трёхочковая баскетбольная линия).

Допускается выполнение броска в безопорном положении (в прыжке).

Задание №2 – футбол

Выполнив бросок, участник бежит в обратном направлении к линии штрафного броска, где лежит футбольный мяч. Ведёт его в зону удара (линия штрафного броска и полукруг), последовательно обводя змейкой конусы №4 или №5 (на выбор участника), №1, №2, №3, наносит удар по мячу (правой, левой ногой) по воротам (мат №1). После удара участник разворачивается и бежит к лицевой линии волейбольной площадки на стороне стартовой линии.

Участник может обвести последовательно конусы №4, №1, №2, №3 или №5, №1, №2, №3.

Если участник, после того как сдвинул конус, поставил его обратно в меловой контур, штраф не начисляется.

Задание №3 – волейбол

Берёт волейбольный мяч №1, забегает за лицевую волейбольную линию и выполняет подачу через сетку в противоположную площадку любым способом (верхняя подача, нижняя подача, боковая подача). Далее бежит к волейбольному мячу №2, берёт его и выполняет

подачу через сетку в противоположную площадку любым способом (верхняя подача, нижняя подача, боковая подача).

Если по какой-то причине перед подачей или во время подачи участник выронил мяч из рук, он может подобрать его и выполнить подачу. Штраф не начисляется.

Задание №4 – баскетбол

Участник берет баскетбольный мяч, выполняет ведение мяча правой рукой к конусу №4, обводит его, затем ведёт к баскетбольному щиту, выполняет бросок в движении на два шага. Подбирает мяч после броска и ведёт его левой рукой к конусу №5, обводит его, затем ведёт к баскетбольному щиту, выполняет бросок в движении на два шага после ведения.

Секундомер выключается когда мяч коснётся пола.

Бросок в кольцо выполняется любой рукой. Допускается бросок двумя руками.

Если участник, после того как сдвинул конус, поставил его обратно в меловой контур, штраф не начисляется.

Оценивание комбинации.

Комбинация выполняется комплексно. Полное выполнение комбинации можно посмотреть на схеме 1.

После выполнения комбинации к времени участника прибавляется количество штрафных секунд согласно системе штрафов.

Система штрафа

Задание №1 - гандбол.

Штрафные секунды.

Невыполнение технического элемента три шага, бросок в опорном положении в ворота – + 5 сек.;

Непопадание в ворота (мат №2) – + 5 сек.;

Бросок из площади ворот - + 3 сек.;

Невыполнение всего задания - + 30сек.

Задание №2 - футбол.

Штрафные секунды.

Сдвинутый конус, необбегание конуса - + 3 сек. за каждый;

Касание мяча рукой - + 1 сек. за каждое касание;

Удар по воротам (мат №1) не из зоны удара (линия штрафного броска и полукруг около него) – + 3 сек.;

Непопадание в ворота (мат №1) после удара по футбольному мячу – + 3 сек.;

Невыполнение всего задания – + 30 сек.

Задание №3 - волейбол.

Штрафные секунды.

Подача волейбольного мяча с поля (заступ за лицевую волейбольную линию во время подачи) – + 3 сек.;

Подача волейбольного мяча с руки (без подбрасывания) – + 3сек.;

Мяч после подачи не попал в противоположную волейбольную площадку – + 3 сек.;

Невыполнение всего задания – + 40 сек.

Задание №4 - баскетбол.

Штрафные секунды.

Сдвинутый конус №4 или №5 - + 3 сек. за каждый;

Необбегание конуса – + 10 сек.;

Технические ошибки при выполнении ведения мяча вокруг конусов №4 и №5 (пронес мяча, пробежка и т.д.) – + 1 сек. за каждую ошибку;

Ведение мяча не той рукой, которая указана в требованиях к стандарту выполнения движений (обводка конуса №4 - справа налево правой рукой, обводка конуса №5 - слева направо левой рукой), – + 1 сек. за каждый удар;

Невыполнение элемента бросок в движении на два шага после ведения – +5 сек. *Если участник во время выполнения данного элемента по техническим причинам выронил мяч, он*

*имеет право повторить выполнение элемента заново, **штраф при повторном правильном выполнении не начисляется.***

*Непопадание в кольцо – + 3 сек. Если участник выполняет бросок с места или после технической ошибки при выполнении броска в движении на два шага после ведения попадает в кольцо, **штраф не начисляется.***

Невыполнение связки элементов в одну из сторон – + 20 сек.

Невыполнение всего задания – + 40 сек.

Если участник по какой-то причине не смог выполнить комбинацию до конца, к его времени, схода с дистанции, прибавляются штрафные секунды за каждый невыполненный элемент. Например: участник выполнил 3 задания за 35 сек. и сошёл с дистанции. К его времени 35 сек. прибавляется штраф за невыполнение четвёртого задания (баскетбол) 40 сек., а далее к 75 сек. прибавляется количество штрафных или отнимается от него количество бонусных секунд согласно системе штрафов и бонусов.

СХЕМА 1

