

Муниципальный этап Всероссийской олимпиады школьников

по физической культуре 2020-2021 учебный год

Практическая часть: Спортивные игры девушки и юноши 9 - 11 класс

Оборудование.

Секундомер; баскетбольный щит с кольцом (высота кольца 305 см), гимнастический мат 1 х 2 м; 4 баскетбольных мяча (девочки - размер мяча №6; юноши - размер мяча №7); два волейбольных мяча; два футбольных мяча; два теннисных мяча, видеокамера (телефон), измерительная рулетка 5 м.

Расположение инвентаря (схема 1).

Баскетбольные мячи №1 и №2 расположены на расстоянии 3,5 м от центра баскетбольного кольца под 0° по отношению к баскетбольному щиту. Мячи №5 и №8 на расстоянии 1 м от края зоны «передач и бросков».

Размер зоны «передач и бросков» 2х2 м. Разметка зоны «передач и бросков» наносится на расстоянии 5 м от центра баскетбольного кольца параллельно баскетбольному щиту.

Футбольные мячи №3 и №4 лежат на углах ближней стороны (относительно баскетбольного щита) зоны «передач и бросков».

Волейбольные мячи №6 и №7 лежат на углах дальней стороны (относительно баскетбольного щита) зоны «передач и бросков».

Два теннисных мяча в руках у участника.

Мат (1 х 2 м) установлен вертикально на расстоянии 1м, от центра баскетбольного кольца, параллельно баскетбольному щиту.

Средство видеозаписи напротив баскетбольного кольца на расстоянии 11 м.

Выполнение комбинации

Задание №1 – футбол

Участник находится перед линией старта, в каждой руке теннисный мяч.

По команде «Марш!», участник начинает движение, к мячу №3 и выполняет удар по воротам (мат 1 х 2 м) правой ногой, затем двигается к мячу №4 и выполняет удар по воротам (мат 1 х 2 м) левой ногой.

Допускается нанесение удара сначала по мячу №4, а затем по мячу №3.

Удар по воротам наносится любым удобным способом.

Задание №2 – метание теннисных мячей

После ударов по футбольным мячам, участник выполняет броски теннисных мячей в баскетбольный щит, последовательно правой и левой руками, из зоны «бросков и передач».

Баскетбольное кольцо и баскетбольная сетка являются частью мишени!

Первый бросок выполняется любой рукой.

Броски выполняются строго из зоны «передач и бросков».

Одновременный бросок двумя руками ЗАПРЕЩЁН!

Задание №3 – баскетбол

После выполнения метаний участник бежит к мячу №1, встаёт перед мячом (лицом к кольцу), берёт его и выполняет бросок в кольцо. Затем бежит к мячу №5, берёт его, правой рукой ведёт к баскетбольному щиту и выполняет бросок в движении на два шага правой рукой. После броска бежит к мячу №2, встаёт перед мячом (лицом к кольцу), берёт

его и выполняет бросок в кольцо. Затем бежит к мячу №8, берёт его, ведёт левой рукой к баскетбольному щиту и выполняет бросок в движении на два шага левой рукой.

Участник имеет право начать выполнение упражнения в другой последовательности (мяч №2, №8, №1, №5).

Во время броска по кольцу мячами №2 и №1 нельзя подходить ближе точки (линии, фишки ориентира и т.п.), на которой находился мяч.

Во время броска по кольцу мячами №2 и №1 техническая ошибка «пробежка» не оценивается!

Задание №4 – волейбол

Участник бежит к мячу №6, берёт его и последовательно выполняет связку из шести передач над собой, чередуя способ выполнения (двумя руками сверху, двумя руками снизу). Затем выполняет нижнюю прямую подачу, из зоны «передач и бросков», стараясь попасть мячом в баскетбольный щит. После выполнения подачи берёт мяч №7 и выполняет верхнюю прямую подачу, из зоны «передач и бросков», стараясь попасть в баскетбольный щит.

Секундомер выключается, когда участник производит удар по мячу, выполняя вторую подачу.

Баскетбольное кольцо и баскетбольная сетка являются частью мишени!

Во время выполнения волейбольных передач участник должен находиться в зоне «передач и бросков».

Высота передач над собой двумя руками снизу не ниже уровня головы, передач над собой двумя руками сверху не ниже 1 м.

Начисление штрафных секунд

Задание №1 - футбол.

Штрафные секунды:

- касание мяча рукой - + 1 сек. за каждое касание;
- выполнение удара неуказанным способом по мячу №3 и №4 – +3сек.;
- непопадание в ворота (мат) после удара по мячу – + 3 сек.;
- невыполнение удара по воротам - +10 сек. за каждый невыполненный удар;
- невыполнение всего задания – + 30 сек.

Задание №2 – метание теннисных мячей

Штрафные секунды:

- выполнение метания не из зоны «передач и бросков» - + 3 сек. за каждый бросок;
- одновременный бросок двух мячей - + 5 сек.;
- непопадание в баскетбольный щит - + 3 сек.
- выполнение бросков одной рукой (два раза правой или левой) - + 3 сек.;

Задание №3 - баскетбол.

Штрафные секунды:

- технические ошибки при выполнении ведения мяча (пронос мяча, пробежка, двойное ведение и т.д.) – + 1 сек. за каждую ошибку;
- ведение мяча не той рукой, которая указана в требованиях к стандарту выполнения движений – + 1 сек. за каждый удар;
- невыполнение элемента бросок в движении на два шага после ведения - +3 сек.;

- бросок в движении на два шага не той рукой, которая указана в требованиях (слева – левой, справа – правой) - + 3 сек.;
- непопадание в кольцо мячом (№5,8) – +3 сек.;
- непопадание в кольцо мячом (№1,2) – +2 сек.;
- бросок по кольцу мячами (№1, 2) ближе точки броска (3,5 м) - +3 сек.;
- невыполнение ведения и броска в движении на два шага в одну из сторон – + 20 сек.
- невыполнение всего задания – + 40 сек.

Задание №4 - волейбол.

Штрафные секунды:

- технические ошибки при выполнении передач над собой - + 1 сек. за каждую ошибку;
- выполнение передачи над собой ниже высоты указанной в стандарте выполнения - + 1 сек. за каждую передачу;
- невыполнение связки из шести передач – + 3 сек.;
- невыполнение передачи – +3 сек. за каждую;
- подача не из зоны «передач и бросков» – + 3 сек.;
- выполнение подачи неуказанным способом - + 3 сек.;
- нижняя подача волейбольного мяча с руки (без подбрасывания) – + 3сек.;
- мяч после подачи не попал в баскетбольный щит – + 3 сек.;
- невыполнение одной подачи – + 10 сек.;
- невыполнение всего задания – + 40 сек.

Нарушением связки из шести передач считается потеря мяча во время выполнения передач. Если участник дважды выполнил передачу над собой одним способом (дважды сверху) сохранив мяч в воздухе и продолжив выполнение связки, это не считается нарушением!

СХЕМА 1

