

Муниципальный этап Всероссийской олимпиады школьников

по физической культуре 2019-2020 учебный год

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

Оборудование.

Два секундомера; баскетбольный щит с кольцом, гимнастический мат 1 х 2 м, высота 10 см; один баскетбольный мяч (девушки - размер мяча №6; юноши - размер мяча №7); волейбольная сетка (девушки - высота 224 см; юноши - высота 243 см); два волейбольных мяча; три футбольных мяча; пять сигнальных конусов (фишки-ориентиры или стойки).

Расположение инвентаря.

Конусы №1 и №2 стоят на волейбольной линии нападения на расстоянии 1 м от боковой волейбольной линии (№1 слева, №2 справа). Конусы №3, №4, №5 стоят на одной линии вдоль оси площадки. №3, №5 на линии центрального круга, №4 в центре площадки. Все конусы обведены меловым контуром по 3 см в сторону, от основания конуса.

Футбольный мяч №1 лежит по центру волейбольной линии нападения. Футбольные мячи №2 и №3 на волейбольной линии нападения на расстоянии 1 м от боковой волейбольной линии (№2 слева, №3 справа).

Волейбольные мячи находятся на лицевой волейбольной линии на расстоянии 2 м от угла волейбольной площадки.

Баскетбольный мяч расположен под баскетбольным кольцом.

Мат прикреплен к стене по центру продольной оси площадки на противоположной стороне от точки старта.

Волейбольная сетка натянута по центру площадки на высоте 224 см для девушек и 243 см для юношей. Нижний край сетки подвязан к верхнему краю волейбольной сетки.

Выполнение комбинации

Задание №1 – футбол

Участник находится около футбольного мяча №1 в любом удобном для себя месте. По команде «Марш!», участник начинает движение, с ведением мяча змейкой, обводя последовательно конусы №2, №3, №4, №5 (допускается обводить конусы №1, №3, №4, №5). Затем ведёт его в «зону удара», наносит удар по мячу **находящемуся в движении** (правой, левой ногой) по воротам (мат). После удара участник разворачивается и бежит к конусу №4, оббегает его и бежит к футбольному мячу №3, наносит удар по воротам (мат) **правой** ногой, бежит к конусу №4, оббегает его и бежит к футбольному мячу №2, наносит удар по воротам (мат) **левой** ногой. Затем разворачивается и бежит к волейбольному мячу.

Допускается нанесение удара сначала по мячу №2, а затем по мячу №3.

Удар по воротам наносится строго из «зоны удара» по катящемуся мячу (запрещается останавливать мяч).

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

Задание №2 – волейбол

Берёт волейбольный мяч №1, последовательно выполняет связку из трёх передач двумя руками сверху в стену выше «линии передач» (высота 280 см от пола), затем выполняет верхнюю подачу через сетку в противоположную волейбольную площадку. Далее бежит к волейбольному мячу №2, берёт его и выполняет связку из трёх передач двумя

руками снизу в стену выше «линии передач» (высота 280 см от пола), после этого выполняет нижнюю подачу через сетку в противоположную волейбольную площадку.

Если после подачи мяч попадает в «зону удара» - участник зарабатывает бонусные секунды.

*Если во время передач мяч падает, участник подбирает его и продолжает дальше выполнять невыполненные передачи, **при этом штраф начисляется за невыполнение связки из трёх передач.***

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

Задание №3 – баскетбол

После выполнения нижней подачи участник берет баскетбольный мяч, выполняет ведение мяча правой к конусу №1, обводит его, ведёт к баскетбольному щиту, выполняет бросок в кольцо в движении на два шага правой рукой (толчковая нога левая). Подбирает мяч после броска и ведёт его левой рукой к конусу №2, обводит его, ведёт к баскетбольному щиту, выполняет бросок в кольцо в движении на два шага левой рукой (толчковая нога правая). Подбирает мяч, ведёт за линию баскетбольного штрафного броска, поворачивается и выполняет бросок в кольцо.

Секундомер выключается, когда мяч после выполнения броска сходит с руки участника.

Участник имеет право начать выполнение упражнения сначала к конусу №2, а затем к конусу №1.

Оценивание комбинации.

Комбинация выполняется комплексно. Полное выполнение комбинации изображено на схеме выполнения комбинации.

После выполнения комбинации к времени участника прибавляется количество штрафных или отнимается от него количество бонусных секунд согласно системе штрафов и бонусов.

Система штрафа и бонусов.

Задание №1 - футбол.

Штрафные секунды.

- Сдвинутый конус, необбегание конуса - + 5 сек. за каждый;
- касание мяча рукой - + 1 сек. за каждое касание;
- удар по воротам (мат) не из зоны удара - + 3 сек.;
- остановка мяча в «зоне удара» - + 3 сек.;
- выполнение удара неуказанным способом по мячу №3 и №2 - +3сек.;
- непопадание в ворота (мат) после удара по футбольному мячу - + 3 сек.;
- невыполнение удара по воротам - +10 сек. за каждый невыполненный удар;
- невыполнение всего задания - + 30 сек.

Задание №2 - волейбол.

Штрафные секунды.

- Задержка мяча при выполнении верхней передачи - + 1 сек. за каждую передачу;
- выполнение передачи ниже «линии передач» - + 1 сек. за каждую передачу;
- выполнение трёх передач в одной связке ниже «линии передач» - + 10 сек.;

- выполнение передач неуказанным способом - + 1 сек. за каждую передачу;
- невыполнение связки из трёх передач – + 5 сек.;
- невыполнение передачи – +5 сек. за каждую;
- подача волейбольного мяча с поля (заступ за лицевую волейбольную линию во время подачи) – + 3 сек.;
- выполнение подачи неуказанным способом - + 3 сек.;
- подача волейбольного мяча с руки (без подбрасывания) – + 3сек.;
- мяч после подачи не попал в противоположную волейбольную площадку – + 3 сек.;
- невыполнение одной связки из передач и подачи – + 20 сек.;
- невыполнение всего задания – + 40 сек.

Бонусные секунды.

При прямом попадании мяча в «зону удара», после выполнения волейбольной подачи – - 3 сек. Если мяч ударяется в «зону удара» после отскока от пола бонус не начисляется. Бонус начисляется только при условии правильно выполненной подачи.

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 (правой рукой обводить конус №1, левой конус №2) – + 1 сек. за каждый удар;
- невыполнение элемента бросок в движении на два шага после ведения: бросок не той рукой, которая указана в требованиях (слева – левой, справа – правой); отталкивание не той ногой, которая указана в требованиях (справа – правой, слева – левой) - + 3 сек.;
- невыполнение ведения и броска в движении на два шага в одну из сторон – + 20 сек.
- невыполнение всего задания – + 40 сек.

Бонусные секунды.

Попадание в кольцо после броска со штрафной баскетбольной линии – - 3сек.

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 2 задания за 35 сек. и сошёл с дистанции. К его времени 35 сек. прибавляется штраф за невыполнение третьего задания (баскетбол) 40 сек., а далее к 75 сек. прибавляется количество штрафных или отнимается от него количество бонусных секунд согласно системе штрафов и бонусов.

