

Муниципальный этап всероссийской олимпиады школьников

по физической культуре 2017-2018 учебный год

Практическая часть: Акробатическая комбинация юноши 9 – 11 класс

Максимальный балл – 20

№ п/п	Элементы и соединения	Стоимость (баллы)
	И.п. – основная стойка	
1.	Равновесие на одной ноге «ласточка» - держать	1
2.	Шагом вперёд, махом одной толчком другой, через стойку на руках – обозначить, кувырок вперёд в упор присев, встать	1,5
3.	Шагом вперёд, махом одной, толчком другой переворот в сторону («колесо») в стойку ноги врозь, руки в стороны, поворот в сторону движения	1,5
4.	Шагом одной поворот на ней на 180°, отводя вторую ногу назад, руки вверх	1
5.	Упор присев, перекат назад в стойку на лопатках без помощи рук - держать	1
6.	Перекат вперёд в упор присев, встать	0,5
7.	Кувырок вперёд согнувшись в стойку ноги врозь, наклон прогнувшись - обозначить	1,5
8.	Силой, согнувшись стойка на голове и руках	2
9.	Согнуть ноги, выпрямляя выход в стойку на руках - обозначить, кувырок вперёд в упор присев, встать	2,5
10.	Кувырок назад согнувшись в упор присев	1,5
11.	Кувырок назад в стойку ноги вместе	1,5
12.	Кувырок вперёд прыжком, прыжок ноги врозь - слитно	1,5
13.	С 2 – 3 шагов разбега переворот в сторону с поворотом на 90° (рондат)	2
14.	Прыжок вверх с поворотом на 360°	1
	<b>ВСЕГО</b>	<b>20 баллов</b>