

Шифр Р45

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ
РЕГИОНАЛЬНЫЙ ЭТАП 2019 г.
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Фамилия _____ Имя _____ Отчество _____

Субъект Федерации _____ Город/село _____

Школа _____ Класс _____

✂ -----

БЛАНК ОТВЕТОВ

Шифр _____

Контрольные вопросы по инструкции к тесту:

1	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
2	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г

Задания в закрытой форме

№ вопроса	Варианты ответов	№ вопроса	Варианты ответов
0 1.	<input checked="" type="checkbox"/> а <input type="checkbox"/> б <input type="checkbox"/> в <input type="checkbox"/> г	0 6.	<input checked="" type="checkbox"/> а <input type="checkbox"/> б <input type="checkbox"/> в <input type="checkbox"/> г
0 2.	<input type="checkbox"/> а <input type="checkbox"/> б <input type="checkbox"/> в <input checked="" type="checkbox"/> г	0 7.	<input type="checkbox"/> а <input type="checkbox"/> б <input checked="" type="checkbox"/> в <input type="checkbox"/> г
0 3.	<input type="checkbox"/> а <input checked="" type="checkbox"/> б <input type="checkbox"/> в <input type="checkbox"/> г	0 8.	<input type="checkbox"/> а <input type="checkbox"/> б <input type="checkbox"/> в <input checked="" type="checkbox"/> г
0 4.	<input type="checkbox"/> а <input checked="" type="checkbox"/> б <input type="checkbox"/> в <input type="checkbox"/> г	1 9.	<input type="checkbox"/> а <input type="checkbox"/> б <input type="checkbox"/> в <input checked="" type="checkbox"/> г
0 5.	<input checked="" type="checkbox"/> а <input type="checkbox"/> б <input type="checkbox"/> в <input type="checkbox"/> г		

Задания в открытой форме

- 0 10. Групповой
11. _____
12. _____
- 2 13. Красноярск
14. _____
15. _____

Задания на составление определений и понятий

- 0 16.

16.А.	9	1	5	8	6	12	11
16.Б.	7	4	3	10	2		
- 0 17. а, б, в, г
- 0 18. 246

Задания на «соответствие»

0 19.	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>
	Р	В	Б	А	Д

1 20.	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>
	Б	В	А	Р

Задания, предполагающие перечисление

1 21. матриксон

0 22. сгибание и разгибание рук без 60 см, без 2 мн, чепочный без, сгибание и разгибание туловища в течение 1 мин, сгибание и разгибание туловища с прямыми ногами, стоя на коврике.

1 23. 1) Недоконка разгибание рук
2) Не пересечение подбородком перекладки
3) Отталкивание от пола - либо.

Слагаемые
оценки

6

Оценка

2,5

Подписи членов жюри

Ленская

Расшифровка подписи

Ленская Н. И.

РЕГИОНАЛЬНЫЙ ЭТАП ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ
ШКОЛЬНИКОВ ПО ПРЕДМЕТУ
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В 2018-2019 УЧЕБНОМ ГОДУ

КОД УЧАСТНИКА

А45.

ПРАКТИЧЕСКИЕ ИСПЫТАНИЯ

ГИМНАСТИКА

ПРОГРАММА КОНКУРСНОГО ИСПЫТАНИЯ ПО ГИМНАСТИКЕ

Испытания девушек и юношей проводятся в виде выполнения акробатического упражнения, которое имеет обязательный характер.

В случае изменения установленной последовательности элементов упражнения не оценивается, и участник получает 0,0 баллов.

Если участник не сумел выполнить какой-либо элемент, оценка снижается на указанную в программе его стоимость.

Упражнение должно иметь четко выраженное начало и окончание, выполняться со сменой направления, динамично, слитно, без неоправданных пауз. Фиксация статических элементов («держаться») 2 секунды.

Общая стоимость всех выполненных элементов составляет максимально возможную оценку за трудность упражнения, равную 10,0 баллам. К оценке за трудность добавляется оценка за исполнение упражнения, равная 10,0 баллам, из которой вычитаются сбавки за ошибки в технике выполнения отдельных элементов. Таким образом, максимально возможная оценка участника составляет 20,0 баллов.

Если участник не сумел полностью выполнить упражнение, и трудность выполненной части оказалась менее 6,0 баллов, упражнение считается не выполненным и участник получает 0,0 баллов.

Продолжительность выполнения упражнения девушками и юношами не должна превышать 1 минуту 10 секунд.

ДЕВУШКИ

И. п. – основная стойка.

1 – дугами внутрь руки в стороны и шагом одной переднее равновесие, руки в стороны («Ласточка»), держать (1,0 балл), приставить правую (левую) в стойку руки вверх;
2 – шаг вперед и махом одной, толчком другой стойка на руках, обозначить – кувырок вперед (1,0 балл + 0,5 балла);

3 – встать, махом одной, толчком другой два переворота в сторону в стойку ноги врозь, руки в стороны (0,5 балла + 0,5 балла);

4 – приставляя правую (левую), повернуться спиной к направлению движения – шаг левой (правой) вперед и прыжок со сменой прямых ног («ножницы») (0,5 балла) – шагом левой вперед насок на две ноги и прыжок вверх ноги врозь правой (левой) («разножка») (0,5 балла);

5 – шаг правой (левой) вперед и отставляя левую (правую) на шаг в сторону стойка ноги врозь, руки вверх – наклоном назад мост, держать (1,0 балла);

6 – поворот направо (налево) кругом в упор присев (0,5 балла) – кувырок вперед в сед в группировке – сед углом, руки в стороны, держать (1,0 балл) – опустить прямые ноги в сед с наклоном вперед, руки вверх, обозначить – кувырок назад согнувшись в упор присев (0,5 балла) – кувырок назад в упор стоя согнувшись, выпрямиться (0,5 балла);

7 – 1-2 шага разбега и приставляя правую (левую) – кувырок вперед прыжком (1,0 балл), кувырок вперед (0,5 балла) и прыжок вверх-прогнувшись ноги врозь (0,5 балла).

ЮНОШИ

И.п. – основная стойка.

1 – шагом одной переднее равновесие, руки в стороны («Ласточка»), держать (1,0 балл) – приставить правую (левую) в стойку руки вверх и шагом правой (левой) вперед, стойка на руках, обозначить (1,0 балл) и кувырок вперед согнувшись в стойку ноги врозь, руки в стороны (1,0 балл);

2 – наклон прогнувшись, обозначить, и силой согнувшись стойка на голове и руках, держать (1,0 балл) – силой опуститься в упор лежа (0,5 балла) и перейти в сед на пятках с наклоном вперед, руки вверх, обозначить;

3 – кувырок вперед (0,5 балла) и прыжок вверх с поворотом направо (налево) кругом (0,5 балла);

4 – махом одной, толчком другой два переворота в сторону в стойку ноги врозь, руки в стороны (0,5 балла + 0,5 балла) – приставить правую (левую) с поворотом направо (налево) в упор присев;

5 – кувырок назад (0,5 балла) и кувырок назад через стойку на руках, обозначить (1,0 балл) – опуститься в упор стоя согнувшись – выпрямиться в стойку руки в стороны; 6 – 1-2 шага разбега и приставляя правую (левую) толчком двух ног прыжок вверх в группировке (0,5 балла) – кувырок вперед (0,5 балла);

7 – кувырок вперед прыжком (1,0 балл) и прыжок вверх с поворотом на 360° (1,0 балл).

СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ (МИНИ-ФУТБОЛ, БАСКЕТБОЛ)

Девушки и юноши

Мини-Футбол. Участник находится на углу баскетбольной площадки, на старте, расположенном с правой стороны от ворот для игры в мини-футбол. По сигналу судьи участник начинает движение к футбольному мячу №1. Затем обводит стойку №1 с правой стороны и ведет мяч к стойке №2, обводит ее с левой стороны и ведет мяч к

РЕЗУЛЬТАТЫ ПРАКТИЧЕСКИХ ИСПЫТАНИЙ



Код участника

045

ГИМНАСТИКА

ШТРАФЫ	2,2
ВРЕМЯ	47 сек.
РЕЗУЛЬТАТ	14,8.


ЖЮРИ

СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ (МИНИ-ФУТБОЛ, БАСКЕТБОЛ)

ШТРАФЫ	1,2
ВРЕМЯ	56,34
РЕЗУЛЬТАТ	68,34

ЖЮРИ



стойке №3, которую обводит с правой стороны. Выполняет обводку стойки №3 с правой стороны, участник кратчайшим путем выполняет ведение мяча к зоне удара и выполняет удар мячом по воротам из зоны удара правой ногой. Выполняет удар мячом по воротам, участник направляется к неподвижному мячу №2 и выполняет удар мячом по воротам правой ногой верхом. Далее участник перемещается к неподвижному мячу №3 и выполняет удар мячом по воротам левой ногой верхом.

Выполняет удар мячом №3 по воротам левой ногой, участник перемещается к футбольному мячу №4 и выполняет обводку стойки №4 с левой стороны, затем обводит стойку №5 с правой стороны и стойку №6 с левой стороны. Выполняет обводку стойки №6 с левой стороны, участник кратчайшим путем выполняет ведение мяча к зоне удара и выполняет удар по воротам из зоны удара левой ногой.

Баскетбол. Выполняет удар футбольным мячом №4 по воротам, участник кратчайшим путем бежит к баскетбольному мячу №1, берет мяч и обводит стойку №7 с правой стороны дальней (правой) рукой от стойки, переводит мяч в левую руку и выполняет ведение мяча к стойке №8, обводит ее с левой стороны дальней (левой) рукой от стойки, переводит мяч в правую руку и обводит стойку №9 с правой стороны дальней (правой) рукой от стойки. Далее, кратчайшим путем ведет мяч правой рукой к контрольной линии, расположенной на углу трапеции для выполнения броска мяча по кольцу со средней дистанции. Выполняет бросок мяча по кольцу со средней дистанции и перемещается к мячу №2, берет мяч и обводит стойку №10 с правой стороны дальней (правой) рукой от стойки. Далее, кратчайшим путем ведет мяч правой рукой к баскетбольному кольцу и выполняет бросок мяча по кольцу правой рукой, используя двухшаговую технику.

Выполняет бросок по кольцу мячом №2, участник кратчайшим путем перемещается к баскетбольному мячу №3, берет мяч и ведет его левой рукой к стойке №11, обводит ее с левой стороны дальней (левой) рукой от стойки, переводит мяч в правую руку и выполняет ведение к стойке №12, обводит ее с правой стороны дальней (правой) рукой от стойки, переводит мяч в левую руку и обводит стойку №13 с левой стороны контрольной линии, расположенной на углу трапеции для выполнения броска мяча по кольцу со средней дистанции. Выполняет бросок мяча по кольцу со средней дистанции и перемещается к мячу №4, берет мяч и обводит стойку №14 с левой стороны дальней (левой) рукой от стойки. Далее, кратчайшим путем ведет мяч левой рукой к баскетбольному кольцу и выполняет бросок мяча по кольцу левой рукой, используя двухшаговую технику.

После выполнения броска по кольцу левой рукой, конкурсное испытание считается законченным. Остановка секундомера осуществляется в момент касания мяча площадки.

Время, затраченное участником на выполнение конкурсного испытания, определяется с точностью до 0,01 с.