

**Муниципальный этап  
Всероссийской олимпиады школьников  
по физической культуре  
2022 / 2023 учебный год**

**9-11 класс**

**Практический тур**

**ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА**

**Юноши и девушки**

**Регламент испытаний**

**1. Руководство**

1.1. Руководство для проведения испытаний состоит из:

- главного судьи по виду;
- судей по виду;
- секретаря.

**2. Участники**

2.1. Участники должны быть одеты в спортивные шорты, футболку и кроссовки.

2.2. Использование украшений не допускается.

2.3. При нарушении требований к спортивной форме участник может быть не допущен к соревнованиям.

**3. Порядок выступления**

3.1. Порядок выступления определяется стартовым номером, полученным при жеребьевке.

3.2. Прежде чем участник начнёт своё выступление, должны быть чётко объявлены его имя, фамилия. После вызова участника есть **20** секунд, чтобы начать выполнение упражнения.

3.3. Оценка действий участника начинается с момента принятия исходного положения. Сигналом готовности участника к началу выступления служит поднятая вверх правая рука.

3.4. Все участники, не выполняющие упражнения должны находиться в специально отведенном для них месте. Их поведение не должно мешать другим участникам.

#### **4. Повторное выступление**

4.1. Выступление участника не может быть начато повторно, за исключением случаев, вызванных непредвиденными обстоятельствами, к которым относятся:

- поломка оборудования, произошедшая в процессе выступления;
- неполадки в работе общего оборудования – освещение, задымление помещения и т.п.

4.2. При возникновении указанных выше ситуаций участник должен, немедленно прекратить выступление. Если выступление завершено, оно будет оценено

4.3. Только главный судья имеет право разрешить повторное выступление. В этом случае участник выполняет своё упражнение сначала, после выступления всех участников данной смены.

4.4. Если выступление прервано по вине участника, повторное выполнение упражнения не разрешается.

#### **5. Разминка**

5.1. Перед началом выступлений участникам предоставляется разминка из расчёта 30 секунд на одного участника.

#### **6. Судьи**

6.1. Главный судья определяет составы судейских бригад, оценивающих выступления девушек и юношей.

6.2. Каждая бригада состоит из арбитра и судей.

#### **7. Оборудование**

7.1. Состязания в гладком беге проводятся в манеже на специальной беговой дорожке, на стадионе, или на любой ровной местности с измеренной дистанцией.

7.2. Упражнение бег 10х10м выполняется на площадке со специальной разметкой.

7.3. Вокруг площадки должна иметься зона безопасности шириной не менее 1 метра, полностью свободная от посторонних предметов.

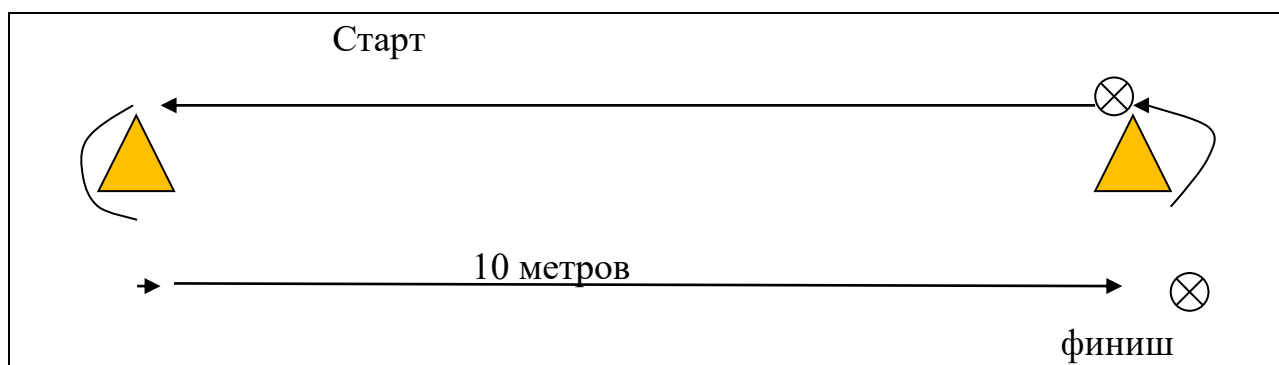
7.4. Две фишки-ориентиры, расстояние между фишками-ориентирами 10 м.

## 8. Программа испытаний

Конкурсное испытание заключается в преодолении дистанции для девушек – 1000 м, для юношей – 2000 м.

**Примечание.** В случае *объективной невозможности* провести испытание по лёгкой атлетике в виде бега на выносливость, допустимо проведение челночного (координационного) бега 10×10м. При этом организаторам следует *учитывать*, что участники, вышедшие в следующий (региональный) этап олимпиады, должны быть физически готовы к бегу на выносливость.

Конкурсное задание заключается в преодолении дистанций: – Бег: 10 отрезков по 10 метров.



Участники стартуют парами, в зависимости от размеров зала и возможностей организаторов. Участник оббегает стоящие конусы. Судья ведет счёт преодолённых участков дистанции.

### **Оценка исполнения**

Остановка секундомера осуществляется в момент пересечения участником линии финиша. Время, затраченное участником на выполнение конкурсного испытания, определяется с точностью до 0,01 с.

## ТЕХНОЛОГИЯ

### Оценки качества выполнения практических заданий

#### Муниципальный этап

Распределение зачетных баллов:

**Практические задания.** Организаторы выбирают 3 вида:  
**обязательный вид и еще 2 по выбору.**

<b>«Челночный бег» (обязательный вид)</b>	<b>«Спортивные игры» (баскетбол, футбол, флорбол)</b>	<b>«Гимнастика»</b>	<b>«Полоса препятствий»</b>
<b>30 баллов</b>	<b>25 баллов</b>	<b>25 баллов</b>	<b>25 баллов</b>

Расчет «зачетных» баллов участника в практической части олимпиады производится по формуле:

$$X_i = (K * M) / N_i, \text{ («челночный бег», «спортивные игры» и «полоса препятствий»)}$$

$X_i$  – «зачетный» балл  $i$ -го участника;

$K$  – максимально возможный «зачетный» балл в конкретном задании;

$N_i$  – личный результат участника в конкретном задании;

$M$  – лучший результат в конкретном задании для практического тура.

**Пример для «Челночного бега»:**  $N_i$  - 21,13с (личный результат участника),  $M$  - 18,01с (лучший результат из показанных в испытании) и  $K$  - 30 (установлен предметной комиссией) получаем:

$$X_i = (30 * 18,01) / 21,13 = \underline{25,57 \text{ баллов}}$$

**Пример для «Спортивных игр»:**  $N_i$  - 49,33с (личный результат участника),  $M$  - 45,01с (лучший результат из показанных в испытании) и  $K$  - 25 (установлен предметной комиссией) получаем:

$$X_i = (25 * 45,01) / 49,33 = \underline{22,81 \text{ балл}}$$

**Пример для «Полосы препятствий»:**  $N_i$  – 55,33с (личный результат участника),  $M$  - 55,03с (лучший результат из показанных в испытании) и  $K$  - 25 (установлен предметной комиссией) получаем:

$$\underline{X_i=(25*55,03)/55,33= 24,86 \text{ баллов}}$$

**Формула  $X_i=(K*N_i)/ M$ , (для гимнастики)**

**Пример для «гимнастики»:**  $N_i$  – 8,88 (личный результат участника),  
 $M$  - 9,79 (лучший результат из показанных в испытании) и  $K$  - 25 (установлен предметной комиссией) получаем:

$$\underline{X_i=(25*8,88)/9,79= 22,67 \text{ балл}}$$

Для определения лучших результатов в каждом конкурсном испытании результаты ранжируются (баллы от наивысшего к наименьшему).