

**ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**  
**2024/2025 УЧЕБНЫЙ ГОД**  
**ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП**  
**5-6 КЛАСС**  
**(мальчики и девочки)**  
**ПРАКТИЧЕСКИЙ ТУР**  
**ЛЁГКАЯ АТЛЕТИКА**

**1. Регламент проведения испытания**

Состязания по легкой атлетике в виде бега на скоростно-силовую выносливость оцениваются проведением **челночного (координационного) бега 4х9 м** и проводятся в спортивном зале. Фиксируется и оценивается время преодоления дистанции каждого участника с точностью до 0,1 секунды.

Участнику, показавшему лучшее время, начисляются максимально возможные «зачетные» баллы (их устанавливают организаторы олимпиады); остальным – меньше на процент, соответствующий разнице с лучшим показанным временем.

**Примечание:** после преодоления каждого отрезка в 9 метров, при развороте, обязательное касание рукой линии ограничения дистанции. Фиксируется время выполнения задания. Участнику дается одна попытка.

**2. Оценка исполнения**

Участнику, показавшему лучшее время, начисляются максимально возможные «зачетные» баллы, остальным – меньше на процент, соответствующий разнице с лучшим показанным временем.

Судьи на отрезках проговаривают (озвучивают) вслух выполнение элементов программы судье, который заносит данные в протокол на ПК.

# **КОМПЛЕКСНОЕ ИСПЫТАНИЕ: БАСКЕТБОЛ, ФУТБОЛ**

## **5-6 классы (мальчики и девочки)**

### **1. Руководство**

Руководство для проведения испытаний состоит из:

- главного судьи
- судей по баскетболу, футболу
- 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 испытаниям или наказан штрафом (прибавлением 10 секунд).

### **3. Порядок выступления**

- 3.1. Порядок выполнения задания определяется стартовым номером, полученным при жеребьевке.
- 3.2. Прежде чем участник начнёт своё выступление, должны быть чётко объявлены его имя, фамилия. После вызова у 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. Представителям участников не разрешается разговаривать или давать указания участникам во время выполнения упражнения.
- 3.5. Все участники одной смены 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 будет завершено, оно будет оценено.

4.3. Только главный судья имеет право разрешить повторное выполнение упражнения. 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 не более 30 секунд на одного участника.

#### **6. Судьи**

6.1. Главный судья определяет составы судейских бригад, оценивающих выступления участников.

#### **7. Оборудование**

7.1. Контрольное упражнение выполняется на площадке с разметкой.

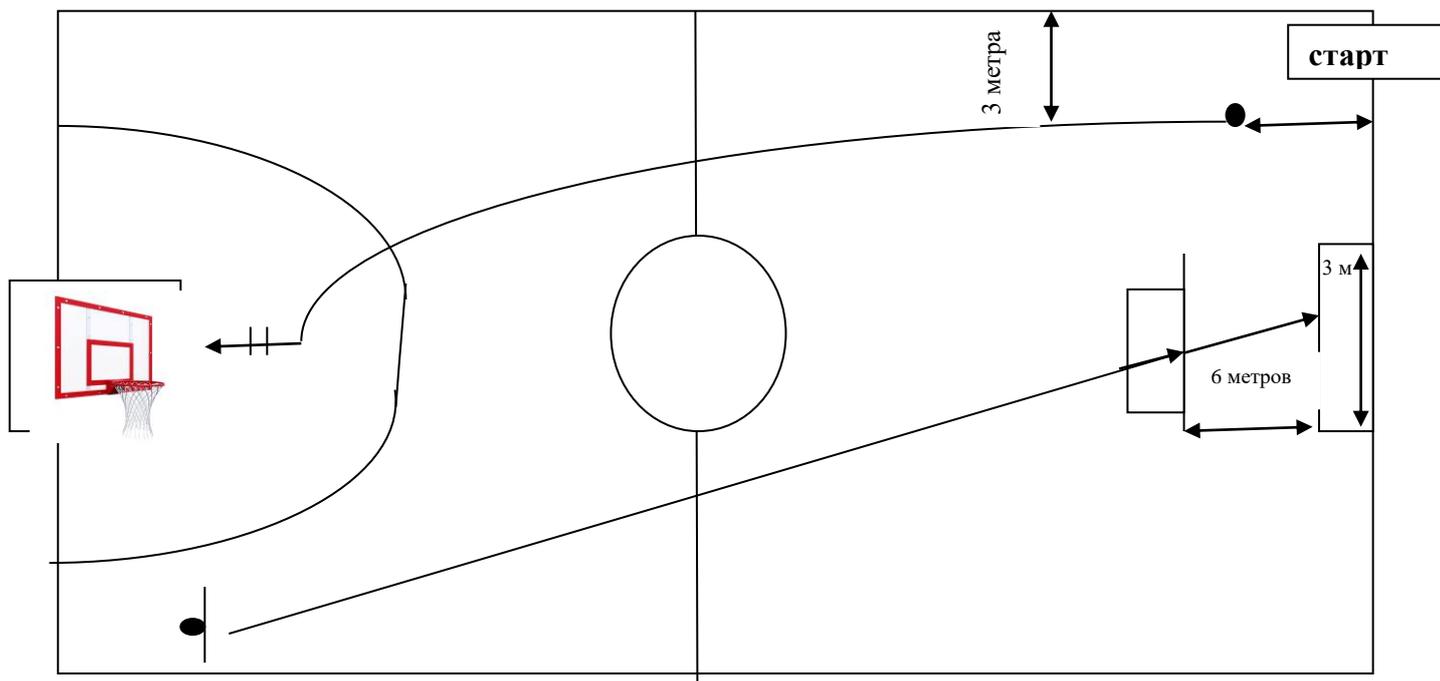
7.2. 1 баскетбольный и 1 футбольный мячи, ворота мини-футбольные 3 x 2м.

#### **8. Программа испытаний**

| № п/п | Содержание упражнений | Требования к выполнению  | Оборудование и инвентарь | Примечания  |
|-------|-----------------------|--|--------------------------|---|
| 1     | Ведение мяча          | Участник находится за лицевой линией спиной вперед. По сигналу конкурсант поворачивается лицом | Баскетбольный мяч № 6    | - пробежка + 1 с;<br>- пронос мяча + 1 с;<br>- двойное ведение + 1 с; |

| № п/п | Содержание упражнений               | Требования к выполнению  | Оборудование и инвентарь  | Примечания  |
|-------|-------------------------------------|--|---|---|
|       |                                     | к движению, бежит 2 метра, берет мяч и выполняет ведение мяча с продвижением вперед. Ведение мяча выполняется правой (левой) рукой до ориентира (конус, линия). Расстояние от линии до щита 2 метра. |   |   |
| 2     | Бросок баскетбольного мяча в кольцо | Выполняет бросок мяча в корзину напротив щита, после остановки   | Баскетбольный мяч, щит с кольцом (бросок выполняется от линии, которая расположена на расстоянии 2 м от щита)   | - непопадание в корзину +5 с;<br><br>бросок мяча выполняется любым способом   |
| 3     | Ведение футбольного мяча            | Участник кратчайшим путем бежит к футбольному мячу и выполняет ведение футбольного мяча, по прямой   |   |   |
| 4     | Удар по мячу в створ ворот          | Участник двигается к контрольной зоне пробивания мячом по воротам.<br><br>Выполняет удар по мячу, не выходя за пределы прямоугольника зоны выполнения удара.   | Ворота – ширина 3 метра, высота – 2 метра.<br>Зона выполнения удара 2 x 1м, обозначенная на полу.<br>Расстояние от ворот ближней линии зоны удара – 6м. | - непопадание в створ ворот + 5 с;<br>- нарушение порядка комбинации – штраф + 10 с;<br>- удар по мячу в створ ворот за пределами обозначенной зоны удара - + 10с.<br>- невыполнение задания + 60 с.<br>Удар по мячу осуществляется любой ногой.<br>Допускается ведение мяча любой стороной стопы, носком стопы.<br>После пересечения мячом лицевой линии или линии ворот секундомер выключается. |

## СХЕМА «СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ» ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП 5-6 классы



### 9. Оценка исполнения

Общая оценка испытания складывается из времени выполнения упражнения с учетом штрафного времени.

Фиксируется время преодоления дистанции и точность броска и удара. Остановка секундомера осуществляется после пересечения футбольным мячом лицевой линии или линии ворот. За каждое нарушение правил в технике ведения мяча (пробежка, пронос мяча, двойное ведение) участнику к его фактическому времени прибавляются штрафные секунды.

## ТЕХНОЛОГИЯ

### оценки качества выполнения практических заданий

#### Школьный этап

Распределение зачетных баллов:

| Практическое задание                    |                       |
|---|-----------------------|
| «Спортивные игры<br>(футбол+баскетбол)» | Челночный бег 9 x10 м |
| <b>40 баллов</b>                        | <b>40 баллов</b>      |

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

$$X_i = (K \times M) / N_i,$$

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

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

**$N_i$**  – результат участника в конкретном задании;

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

**Пример для «Спортивные игры (футбол+баскетбол)»:**  $N_i$  – 59,39 с (личный результат участника),  $M$  – 50,01 с (лучший результат из показанных в испытании) и  $K$ – 40 (установлен предметной комиссией) получаем

$$X_i = (40 \times 50,01) / 59,39 = \mathbf{33,68 \text{ балла}},$$

**Пример для «челночного бега 9 x 10 м»:**  $N_i$  – 8,09 с (личный результат участника),  $M$  – 7,11 с (лучший результат из показанных в испытании) и  $K$  – 40 (установлен предметной комиссией) получаем

$$X_i = (40 \times 7,11) / 8,09 = \mathbf{35,15 \text{ балла}}.$$

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