

**Муниципальный этап всероссийской олимпиады школьников**

**по физической культуре 2017-2018 учебный год**

**Практическая часть: Акробатическая комбинация девочки 7 – 8 класс**

**Максимальный балл – 20**

№ п/п	Элементы и соединения	Стоимость (баллы)
	И.п. – основная стойка	
1.	Полуприсед, руки назад – прыжок вверх с поворотом на 360°	2
2.	Шагом одной прыжок со сменой согнутых ног («козлик»), шагом одной прыжок со сменой прямых ног («ножницы») – слитно.	2
3.	Два переворота в сторону слитно («колесо») в стойку ноги врозь руки в стороны, приставляя ногу поворот в противоположную сторону движения.	2
4.	Отставить ногу в сторону, наклоном назад «мост» - держать, вернуться в стойку ноги врозь.	1,5
5.	Приставить ногу, фронтальное равновесие с захватом (пятка поднятой ноги на уровне глаз) - держать.	2,5
6.	Длинный кувырок вперёд, прыжок вверх ноги врозь – слитно.	1,5
7.	Длинный кувырок вперёд, прыжок вверх прогнувшись – слитно.	1,5
8.	Упор присев, перекаат назад в стойку на лопатках – держать	1,5
9.	Перекаат вперёд в сед углом – держать	1,5
10.	Опуская ноги сед с наклоном вперёд, руки вверх - обозначить	0,5
11.	Кувырок назад в упор присев	1
12.	Вставая прыжок вверх с поворотом на 180°	1
13.	Шагом одной поворот на ней на 360°, сгибая другую вперёд	1,5
	<b>ВСЕГО</b>	<b>20 баллов</b>