

**Муниципальный этап Всероссийской олимпиады школьников по
физической культуре 2022-2023 учебный год**
Практическая часть: Спортивные игры девушки и юноши 9 – 11 класс

Оборудование.

Секундомер; баскетбольный щит с кольцом (высота кольца 305 см), гимнастический мат 1 х 2 м (ворота); 7 баскетбольных мячей №6 (девушки), 7 баскетбольных мячей №7 (юноши), ; два волейбольных мяча; два мини-футбольных мяча; два мяча для большого тенниса, видеокамера (телефон), измерительная рулетка 5-10 м.

Расположение инвентаря (схема 1).

Зона «метания и подач» на расстоянии 8 м от центра кольца.

Размер зоны «2 х 2 м по внешнему краю линии разметки.

Зона «броска и удара» находится на расстоянии 4,60 м от центра кольца.

Размер 2,9 х 1,4 м по внешнему краю линии разметки.

Зона «броска 2,5» на расстоянии 2,25 м (влево, вправо) в ширину и 3,60 м в длину от центра кольца. Размер зоны 1х1 м по внешнему краю линии разметки.

Ширина линий зон 5 см. Высота стоек 1,5 м.

От центра кольца, отмеряется 7 м - на этом месте располагается стойка №1. Стойки №2 и №3 располагаются на расстоянии 1,5 м от стойки №1.

Баскетбольный мяч №1 установлен по центру площадки на линии зоны «метания и подач».

Баскетбольный мяч № 2,3,4,5 установлены на линии зоны «Броска 2,3,4,5»

Баскетбольный мяч № 6,7 установлен вправо, влево на расстоянии 2 м от конуса №2,3

. Два мяча для большого тенниса установлены по дальним от баскетбольного кольца углам.

Волейбольные мячи №1 и №2 установлены на расстоянии 0,5 м от боковых линий зоны «метания и подач».

Мат (1х2 м) установлен горизонтально на расстоянии 1 м, от центра баскетбольного кольца, параллельно баскетбольному щиту.

При проведении испытания в дистанционном формате средство видеозаписи располагается напротив баскетбольного кольца на расстоянии 11 – 12 м.

Выполнение комбинации.

Задание №1 – баскетбол (схема №2).

Участник находится в зоне «метания и подач». По команде «Марш!», берет баскетбольный мяч № 1 и начинает ведение (правой, левой) к стойке №1, обводит ее на 360° (если ведение правой рукой, то против часовой стрелки, если ведение левой рукой, то по часовой стрелке), затем движется к зоне «броска и удара» выполняя в ней остановку прыжком и бросает мяч в кольцо, перемещается к баскетбольному мячу №2, выполняет бросок по кольцу из «зоны броска 2», перемещается к мячу № 3, берет мяч и выполняет бросок мяча по кольцу «зоны броска 3», перемещается к баскетбольному мячу №4, выполняет бросок по кольцу из «зоны броска 4», перемещается к мячу № 5, берет мяч и выполняет бросок мяча по кольцу «зоны броска 5».

Задание №2 – футбол (схема №3).

Далее, кратчайшим путем участник бежит к футбольному мячу №1, обводит стойку №2 слева направо, затем стойку №1 справа налево, затем стойку №3 слева направо и ведёт мяч в зону «броска и ударов», выполняет удар по воротам (мат 1x2 м) правой ногой (любым способом – девушки, верхом-юноши).

После удара бежит к футбольному мячу №2 и обводит стойку №3 справа налево, затем стойку №1 слева направо, затем стойку №2 справа налево и ведёт мяч в зону «броска и ударов», выполняет удар по воротам (мат 1x2 м) левой ногой (любым способом – девушки, верхом-юноши).

Задание №3 – баскетбол (схема №4).

Далее, кратчайшим путем участник бежит к баскетбольному мячу №6, берёт его и начинает ведение левой рукой к стойке №2, оббегает ее слева направо, к стойке №1 правой рукой, оббегает ее справа налево, к стойке №3 левой рукой, оббегает ее слева направо, далее ведёт мяч левой рукой к баскетбольному щиту и выполняет бросок в движении на два шага левой рукой.

Далее, кратчайшим путем участник бежит к баскетбольному мячу №7, берёт его и начинает ведение правой рукой к стойке №3, оббегает ее справа налево, к стойке №1 левой рукой, оббегает ее слева направо, к стойке №2 правой рукой, оббегает ее справа налево, далее ведёт мяч правой рукой к баскетбольному щиту и выполняет бросок в движении на два шага правой рукой.

Задание №4 – метание мячей для большого тенниса (схема №4).

После выполнения задания по баскетболу участник бежит в зону «метания и подач» берёт в руки мячи для большого тенниса и выполняет броски мячей в баскетбольный щит из зоны «метания и подач», последовательно правой и левой (левой и правой) руками.

Одновременный бросок двумя руками ЗАПРЕЩЁН!

Баскетбольное кольцо и баскетбольная сетка являются частью мишени! Броски выполняются строго из зоны «метаний и подач».

Задание №5 – волейбол (схема №4).

Далее участник берёт волейбольный мяч №1 и последовательно выполняет связку из четырех передач над собой, чередуя способ выполнения (двумя руками сверху, двумя руками снизу). Затем выполняет верхнюю прямую подачу, из зоны «метания и подач», стараясь попасть мячом в баскетбольный щит. После выполнения подачи берёт волейбольный мяч №2 и выполняет нижнюю прямую подачу, из зоны «метания и подач», стараясь попасть в баскетбольный щит.

Во время выполнения волейбольных подач участник должен находиться в зоне «метания и подач».

Выполнение связки из верхних и нижних передач над собой, допускается начинать с любого способа.

Во время выполнения передач допускается выходить из зоны «метания и подач».

Высота передач над собой двумя руками снизу не ниже уровня головы, передач над собой двумя руками сверху не ниже 1 м.

Если нарушается связка из верхних и нижних передач (мяч падает или улетает), участник должен продолжить выполнение и закончить задание.

Нарушением связки из четырех передач считается потеря мяча во время выполнения передач.

Если участник дважды выполнил передачу над собой одним способом (дважды сверху) сохранив мяч в воздухе и продолжив выполнение связки, это не считается нарушением!

Секундомер выключается, когда участник производит удар по мячу, выполняя вторую подачу!

Начисление штрафных секунд

Задание №1 - баскетбол.

Штрафные секунды:

- технические ошибки при выполнении ведения мяча (пронос мяча, пробежка, двойное ведение и другие технические ошибки) – + 1 сек. за каждую ошибку;
- непопадание в кольцо мячом – + 3 сек;
- невыполнение остановки прыжком – + 3 сек.;
- заступ за границы зоны (нога пересекает линию) – + 3 сек.;
- ведение мяча не той рукой, которая указана в требованиях к стандарту выполнения движений – + 1 сек. за каждый удар;
- невыполнение элемента бросок в движении на два шага после ведения – +3 сек.;
- касание стойки – + 3 сек;
- падение стойки – + 5 сек.;
- оббегание стойки не с той стороны, которая указана в требованиях – +5 сек.;
- невыполнение всего задания – + 40 сек.

Задание №2 - футбол.

Штрафные секунды:

- касание мяча рукой – + 1 сек. за каждое касание;
- выполнение удара не из зоны «броска и удара» – + 3 сек.;
- непопадание в ворота (мат) после удара по мячу – + 3 сек.;
- удач по мячу не той ногой - +3 сек.;
- выполнение удара неуказанным способом (первый, второй удар верхом - юноши) – +3сек;
- касание стойки – + 3 сек;
- падение стойки – + 5 сек.;
- оббегание стойки не с той стороны, которая указана в требованиях – +5 сек.;
- невыполнение удара по воротам – +10 сек. за каждый невыполненный удар;
- невыполнение всего задания – + 30 сек.

Задание №3 - баскетбол.

Штрафные секунды:

- технические ошибки при выполнении ведения мяча (пронос мяча, пробежка, двойное ведение и другие технические ошибки) – + 1 сек. за каждую ошибку;
- непопадание в кольцо мячом – + 3 сек;
- невыполнение остановки прыжком – + 3 сек.;
- заступ за границы зоны (нога пересекает линию) – + 3 сек.;
- ведение мяча не той рукой, которая указана в требованиях к стандарту выполнения движений – + 1 сек. за каждый удар;
- невыполнение элемента бросок в движении на два шага после ведения – +3 сек.;
- бросок в движении на два шага не той рукой, которая указана в требованиях (слева – левой, справа – правой) – + 3 сек.;
- касание стойки – + 3 сек;
- падение стойки – + 5 сек.;
- оббегание стойки не с той стороны, которая указана в требованиях – +5 сек.;
- невыполнение ведения и броска в движении на два шага в одну из сторон – + 20 сек.
- невыполнение всего задания – + 40 сек.

Задание №4 – метание теннисных мячей

Штрафные секунды:

- выполнение метания не из зоны «метания и подач» – + 3 сек. за каждый бросок;
- одновременный бросок двух мячей – + 5 сек.;
- выполнение двух бросков одной рукой (два раза правой или левой) – + 3 сек.;
- непопадание в баскетбольный щит – + 3 сек.

Задание №5 – волейбол

Штрафные секунды:

- техническая ошибка при выполнении передач над собой, выполнение передачи ниже высоты указанной в требованиях – + 1 сек.;
- невыполнение связки из четырех передач – + 3 сек.;
- невыполнение передачи – +3 сек. за каждую;
- подача не из зоны «удара и подач» – + 3 сек.;
- выполнение подачи неуказанным способом – + 3 сек.;
- нижняя подача волейбольного мяча с руки (без подбрасывания) – + 3сек.;
- мяч после подачи не попал в баскетбольный щит – + 3 сек.;
- невыполнение одной подачи – + 10 сек.;
- невыполнение всего задания – + 40 сек.

СХЕМА 1

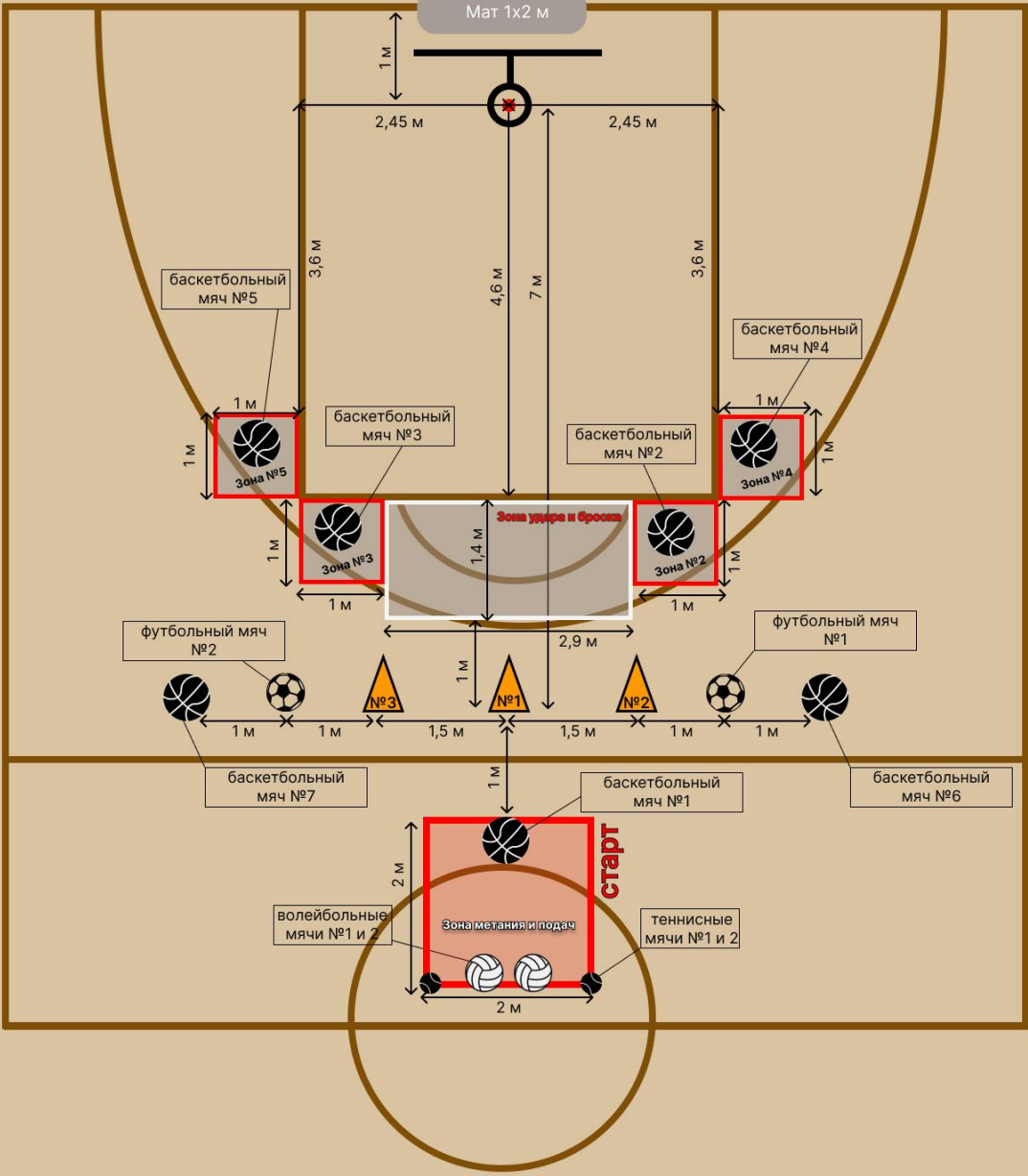


СХЕМА 2

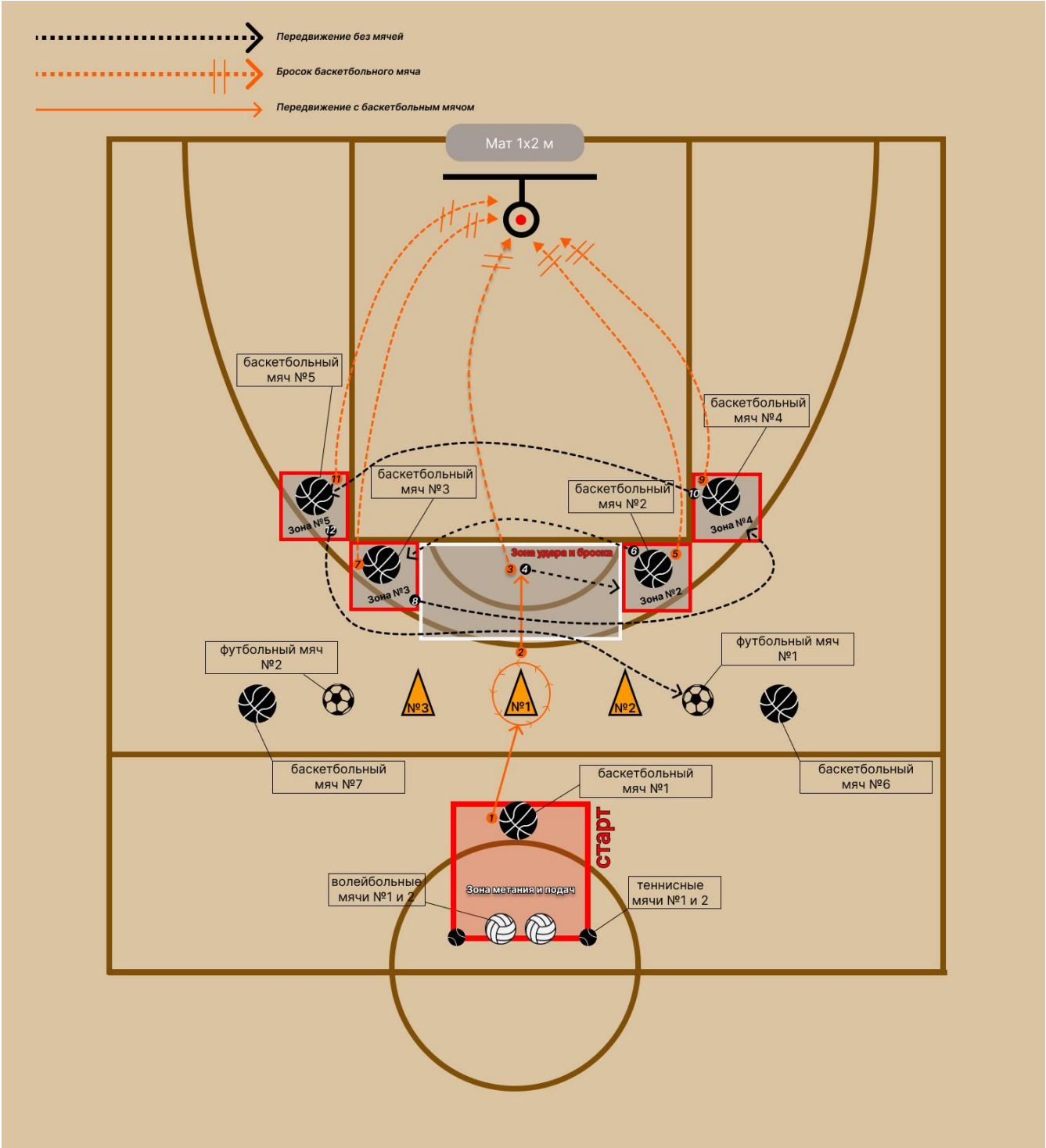


СХЕМА 3

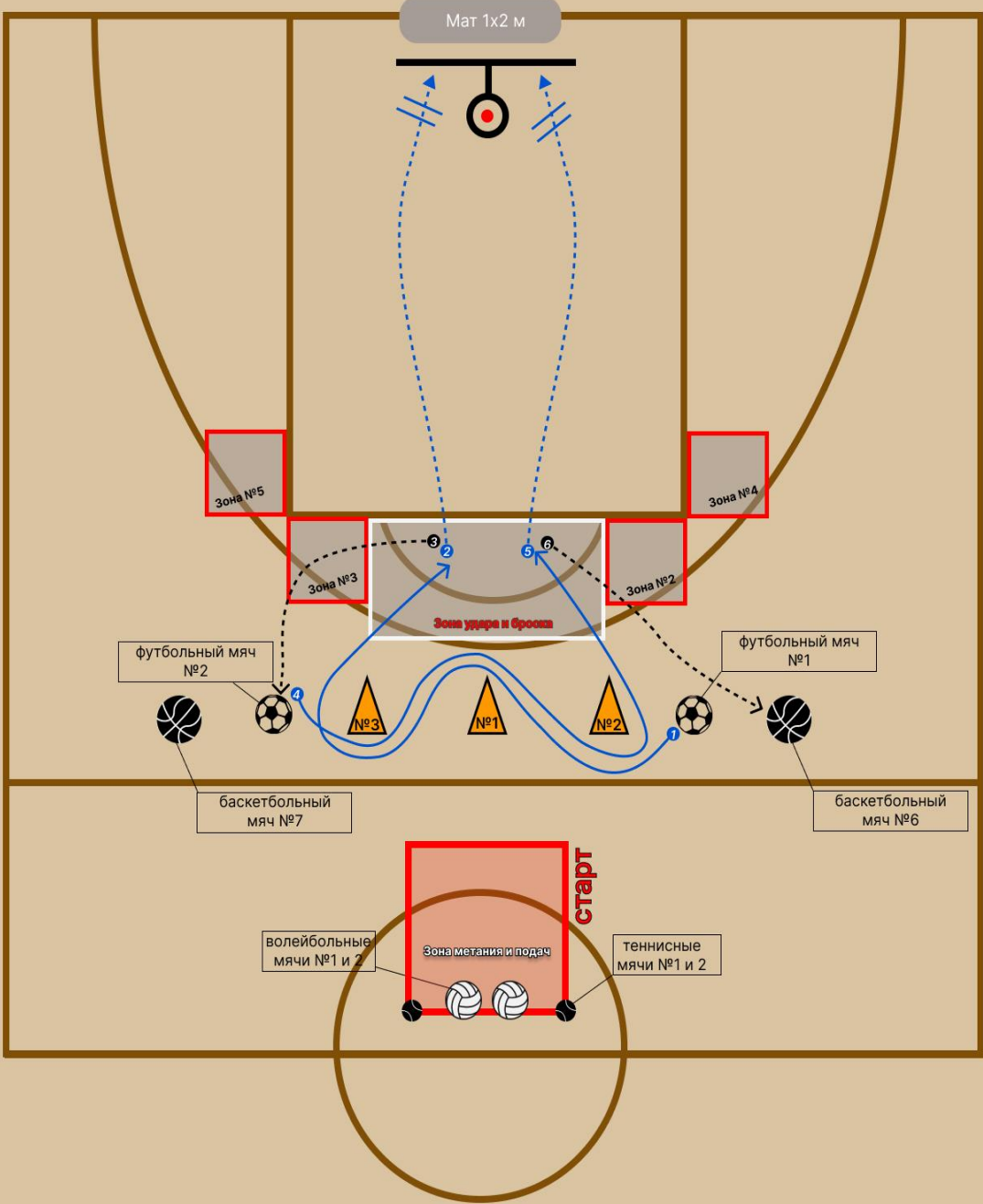


СХЕМА 4

