

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ  
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ  
2022–2023 уч.г.  
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП

**9–11 классы**

**ПРАКТИЧЕСКИЙ ТУР**  
**Комплексное испытание**  
**(прикладная физическая культура, баскетбол, футбол)**  
**Девушки и юноши**

**Регламент задания «Комплексное испытание»**

**1. Руководство испытаниями**

Руководство для проведения испытаний состоит из:

- главного судьи;
- судьи.

**2. Спортивная форма**

- 2.1. Участники должны быть одеты в спортивные трусы, футболку и кроссовки.
- 2.2. Во время испытания ношение ювелирных украшений не допускается.

**3. Порядок выступления**

- 3.1. Для проведения испытаний участники распределяются по сменам в соответствии со стартовым номером.
- 3.2. Перед началом испытаний должны быть названы: фамилия и имя или стартовый номер каждого участника. После вызова у участника есть 20 с, чтобы начать выполнение упражнения.
- 3.3. Оценка действий участника начинается с момента принятия исходного положения. Сигналом готовности участника к началу выступления служит поднятая вверх рука. После этого даётся сигнал к началу выполнения испытания.
- 3.4. Все участники одной смены должны находиться в специально отведённом для них месте. Их поведение не должно мешать другим участникам.
- 3.5. За нарушения дисциплины или неспортивное поведение главный судья имеет право отстранить участника от участия в испытании.

#### **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.

#### **5. Разминка**

Перед началом выступлений участникам предоставляется время для разминки из расчёта не более 1 минуты на одного участника.

#### **6. Судьи**

Главный судья определяет состав судейской бригады, оценивающей выступления участников.

#### **Методические указания к выполнению задания «Комплексное испытание»**

1. Все задания выполняются (располагаются) строго последовательно, по периметру спортивного зала (рекомендуется  $24 \times 12$  м) на безопасном расстоянии от стены.
2. Основой для разметки выполнения задания «Комплексное испытание» является разметка баскетбольной площадки.

#### **Методика оценивания результатов**

1. Секундомер включается по команде «марш»/свисток перед выполнением первого задания.
2. Остановка секундомера осуществляется в момент пересечения линии финиша участником. Время, затраченное на выполнение испытания, определяется с точностью до 0,01 секунды.
3. Результатом является общее время выполнения всех упражнений (в секундах с точностью до сотых долей секунды), включая «штрафные» секунды.
4. Чем меньше времени затрачено на выполнение упражнения, тем выше результат.
5. Невыполнение одного из заданий – штраф 180 секунд.
6. Все участники ранжируются по местам.

## ТЕХНОЛОГИЯ

### оценки качества выполнения задания «Комплексное испытание»

Максимально возможное количество зачётных баллов за задание «Комплексное испытание» – 40. Расчёт зачётных баллов участника в испытании производится по формуле:

$$X_i = \frac{K \cdot M}{N_i}, \text{ где}$$

$X_i$  – зачётный балл  $i$ -го участника;

$K$  – максимально возможный зачётный балл в конкретном задании (по регламенту);

$N_i$  – результат  $i$ -го участника в конкретном задании;

$M$  – максимально возможный или лучший результат в конкретном задании.

Расчёт зачётных баллов участника за задание «Комплексное испытание» производится по формуле, так как лучший результат в этих испытаниях в абсолютном значении меньше результата любого другого участника. Например, при  $N_i = 40,38$  с (личный результат участника),  $M = 35,73$  с (наилучший результат из показанных в испытании) и  $K = 40$  (установлен предметной комиссией) получаем

$$40 \cdot 35,73 : 40,38 = 35,4 \text{ балла.}$$

Зачётные баллы определяются с точностью до десятых долей.

### Последовательность выполнения упражнений «Комплексное испытание»

№	Содержание упражнений	Требования к выполнению	Оборудование и инвентарь	Примечания
1	Баскетбол	<p>Участник находится за линией старта. По команде судьи участник бежит к баскетбольному мячу. Берёт баскетбольный мяч и выполняет ведение к стойке № 1, обводит её с правой стороны и ведёт мяч к стойке № 2. Обводит её с левой стороны и ведёт мяч к стойке № 3. Обводит её с правой стороны, затем ведёт мяч к стойке № 4. Обводит её с левой стороны и ведёт мяч к стойке № 5. Обводит её с правой стороны. Далее кратчайшим путём перемещается к кольцу и выполняет бросок в кольцо в движении правой рукой, используя двушажную технику</p>	<p>Баскетбольный мяч, расположенный на расстоянии 1 м от линии старта. 5 стоек, расположенных в 3 м друг от друга. Стойки № 1, № 3, № 5 смещены на 4 м от центра. Стойки № 2 и № 4 смещены на 2 м от центра (согласно схеме). Линия старта 2 м расположена на расстоянии 4 м от стойки № 2 (согласно схеме). Стойка № 5 смещена от проекции центра баскетбольного кольца на 4 м (согласно схеме). Мяч ведётся дальней рукой по отношению к стойке. Размер баскетбольного мяча для выполнения задания: юноши – № 7, девушки – № 6</p>	<p>– непопадание в кольцо + <b>5 с</b>; – выполнение броска, не используя двушажную технику + <b>5 с</b>; – бросок выполнен не той рукой + <b>5 с</b>; – обводка стойки не с той стороны + <b>5 с</b>; – пропуск обводки одной из стоек + <b>5 с</b>; – сбивание или задевание стойки + <b>3 с</b>; – нарушение правил в технике ведения мяча (пробежка, пронос мяча, двойное ведение и т. д.) + <b>3 с</b>; – невыполнение задания + <b>180 с</b></p>
2	Перепрыгивание через барьеры	<p>После броска мяча в кольцо, участник кратчайшим путём перемещается к барьерам. Преодолевают барьеры прыжком на двух ногах, правым боком вперёд. Далее кратчайшим путём перемещается к футбольному мячу</p>	<p>2 барьера. Барьер – 2 конуса и вставленная гимнастическая палка длиной 1 м на высоте 35 см. Расстояние между барьерами 50 см. Первый барьер расположен на расстоянии 3 м от проекции центра баскетбольного кольца (согласно схеме)</p>	<p>– преодоление барьеров не тем способом, не тем боком + <b>5 с</b>; – пропуск преодоления одного из барьеров + <b>5 с</b>; – сбивание или задевание барьера + <b>3 с</b>; – невыполнение задания + <b>180 с</b></p>

№	Содержание упражнений	Требования к выполнению	Оборудование и инвентарь	Примечания
3	Футбол	Подбежав к футбольному мячу, участник выполняет ведение к стойке № 6, обводит её с правой стороны и ведёт мяч к стойке № 7. Обводит её с левой стороны и ведёт мяч к стойке № 8. Обводит её с правой стороны, затем ведёт мяч к стойке № 9. Обводит её с левой стороны и ведёт мяч к стойке № 10. Обводит её с правой стороны. Далее кратчайшим путём ведёт мяч к зоне удара по футбольному мячу. Остановив мяч в зоне, участник выполняет удар по воротам. Далее кратчайшим путём пересекает линию финиша	Футбольный мяч расположен на расстоянии 4 м от проекции центра баскетбольного кольца и на расстоянии 4 м от стойки № 7 (согласно схеме). 5 стоек, расположенные в 3 м друг от друга. Стойки № 6, № 8, № 10 смещены на 4 м от центра. Стойки № 7 и № 9 смещены на 2 м от центра (согласно схеме). Ведение мяча осуществляется любой ногой. Допускается ведение мяча любой стороной стопы. Зона удара 1,5 × 1 м расположена после стойки № 10 в 1 м (согласно схеме). Ворота (2 конуса и вставленная гимнастическая палка длиной 1 м на высоте 35 см) расположены на расстоянии 3 м от зоны удара и смещены на 1,5 м от центра и зоны удара (согласно схеме). Линия финиша расположена между стойками № 4 и № 9 и смещена относительно них на 1 м (согласно схеме)	– сбивание или задевание стойки + <b>3 с</b> ; – обводка стойки не с той стороны + <b>5 с</b> ; – пропуск обводки одной из стоек + <b>5 с</b> ; – удар вне зоны + <b>5 с</b> ; – нет остановки мяча + <b>5 с</b> ; – непопадание в ворота + <b>5 с</b> ; – невыполнение задания + <b>180 с</b>

**СХЕМА «СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»  
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП  
9–11 классы**

