



ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ. 2020–2021 уч. г. МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП. 7–11 КЛАССЫ

Оценка исполнения упражнений в испытаниях по гимнастике – сложный процесс, требующий от судей знания техники и методики обучения упражнениям, которые выполняют участники испытаний, объективности, внимательности, хорошей зрительной памяти, умения быстро ориентироваться в обстановке и грамотно оценивать ситуацию.

1. Участники

1.1. Девушки могут быть одеты в купальники, комбинезоны или футболки с короткими или длинными лосинами, а также со спортивными шортами с открытыми коленями.

1.2. Юноши могут быть одеты в гимнастические майки, ширина ляжки, которых не должна превышать 4 см., гимнастическое трико или спортивные шорты с открытыми коленями. Футболки и майки не должны быть надеты поверх шорт или трико.

1.3. Участники испытаний могут выполнять упражнения в носках, гимнастических тапочках (чешках) или босиком.

1.4. Нарушение требований к спортивной форме наказывается сбавкой **0,5** балла с итоговой оценки участника.

2. Порядок выступлений

2.1. Испытания юношей и девушек проводятся в виде выполнения обязательного акробатического упражнения.

2.2. Участник имеет право **на одну попытку**, в ходе которой он должен выполнить упражнение **полностью**.

2.3. В случае изменения установленной последовательности элементов, упражнение не оценивается, и участник получает **0,0** балла.

2.4. Если участник не сумел выполнить какой-либо элемент, производится сбавка, равная его стоимости.

2.5. Выполняемое упражнение должно иметь чётко выраженные начало и окончание и должно выполняться без неоправданных пауз с фиксацией статических элементов, указанных как «**держать**» – не менее **2** секунд, «**обозначить**» – не менее **1** секунды.

2.6. Судьи оценивают качество выполнения упражнений в сравнении с идеально возможным вариантом выполнения, учитывая требования к технике и стилю выполнения отдельных элементов.

2.7. Прежде чем участник начнёт своё выступление, арбитр должен чётко объявить его фамилию и имя. После вызова у участника есть **30** секунд, чтобы начать упражнение. Упражнение, выполненное без вызова, не оценивается.

3. Судьи

- 3.1. Выполнение упражнения оценивается судейской бригадой, состоящей из **3 (трёх) человек**, один из которых выполняет обязанности арбитра.
- 3.2. Места судей должны быть расположены таким образом, чтобы судьи могли беспрепятственно наблюдать за выступлением участников.
- 3.3. Судьи должны находиться друг от друга на расстоянии, не позволяющем обмениваться мнениями до выставления оценки.

4. Оценка исполнения упражнений

- 4.1. При выведении оценки за исполнение каждый судья суммирует сбавки за ошибки, допущенные участником при выполнении элементов и соединений, вычитая их из **10,0** баллов.
- 4.2. Ошибки **выполнения** могут быть
- мелкими – **0,1-0,2** балла;
 - средними – **0,3-0,4** балла;
 - грубыми – **0,5** балла.

5. Окончательная оценка

- 5.1. При выставлении оценки большая и меньшая из оценок судей отбрасываются, а оставшаяся оценка идёт в зачёт.
- 5.2. Оценка за **выполнение** упражнения выставляется арбитром с точностью до **0,1** балла.
- 5.3. Максимально возможная окончательная оценка – **10,0** баллов.

6. Расхождения между оценками судей

- 6.1. Расхождение между максимальной и минимальной оценками судей за **выполнение упражнения** не должно превышать **1,0** балла.
- 6.2. Расхождение между оценкой, идущей в зачёт, и ближней к ней не должно превышать **0,3** балла.
- 6.3. В случае недопустимого расхождения между оценками судей арбитр собирает бригаду для обсуждения сложившейся ситуации, в результате которого судьи могут изменить свои оценки таким образом, чтобы расхождение стало допустимым.
- 6.4. Если во время обсуждения судьи не смогли прийти к удовлетворительному решению, то арбитр бригады может использовать свою оценку в качестве базовой для выведения окончательной оценки участника, которая в этом случае будет равна полусумме двух чисел, первое из которых – оценка, «идущая в зачёт», второе – оценка арбитра.

Таблица 1. Акробатическое упражнение, 7–8 классы (девочки)

№	Упражнение	Стоимость
	И.п. – о.с.	
1.	Встать, руки вверх – махом одной, толчком другой переворот в сторону («колесо») в широкую стойку ноги врозь, руки в стороны – встать на левую (правую), правую (левую) в сторону на носок – фронтальное равновесие (пятка поднятой ноги не ниже 45°), держать – с поворотом налево (направо), приставить правую (левую) в «старт пловца» – кувырок вперёд в упор присев	1,0 + 1,0
2.	Кувырок вперёд в сед с наклоном вперёд, руки вверх, обозначить	1,0 + 0,5
3.	Лечь на спину – согнуть руки и ноги – «мост», держать – поворот направо (налево) кругом в упор присев	1,0 + 1,0
4.	Кувырок назад – кувырок назад в широкую стойку ноги врозь с наклоном прогнувшись, руки в стороны	1,0 + 1,0
5.	Кувырок вперёд в стойку на лопатках, держать – перекач вперёд в упор присев и прыжок вверх прогнувшись, ноги врозь.	0,5 + 1,0 + 1,0

Таблица 2. Акробатическое упражнение, 7–8 классы (мальчики)

№	Упражнение	Стоимость
	И.п. – о.с.	
1.	Фронтальное равновесие с захватом за бедро, свободная рука в сторону (пятка поднятой ноги не ниже 90°), держать – приставить правую (левую) в стойку, руки вверх	1,5
2.	Махом одной, толчком другой переворот в сторону («колесо») в широкую стойку ноги врозь, руки в стороны и, приставляя правую (левую), повернуться спиной к направлению движения, упор присев	1,0
3.	Толчком, сгибая ноги, стойка на голове и руках, держать – опуститься в упор присев – кувырок вперёд в сед – сед, согнув ноги – сед углом, держать	1,0 + 0,5 + 1,0
4.	Опустить прямые ноги в сед с наклоном вперед, ладони на полу по обеим сторонам от ступней ног, держать – кувырок назад согнувшись в упор присев – кувырок назад в упор стоя согнувшись	1,0 + 1,0 + 1,0
5.	Выпрямиться в «старт пловца» – кувырок вперёд прыжком – прыжок вверх ноги врозь	1,0 + 1,0

Таблица 3. Акробатическое упражнение, 9–11 классы (девушки)

№	Упражнение	Стоимость
	И.п. – о.с.	
1.	Шагом вперёд переднее равновесие, руки в стороны («ласточка»), держать, приставить правую (левую) в о.с. – шагом одной, прыжок со сменой согнутых ног вперёд («козлик») – шагом одной, прыжок со сменой прямых ног вперёд («ножницы»), приставить правую (левую), упор присев	1,0 + 0,5 + 1,0
2.	Перекат назад в стойку на лопатках без помощи рук, держать – перекач вперёд в сед согнув ноги – сед углом, держать	1,0 + 0,5
3.	Лечь на спину, руки вверх – согнуть руки и ноги, встать в мост, держать – поворот направо (налево) кругом в упор присев	1,0 + 0,5
4.	Кувырок назад в упор стоя согнувшись – кувырок назад согнувшись, выпрямиться в стойку, руки вверх	0,5 + 1,0
5.	Махом одной, толчком другой два переворота в сторону (колёса) в широкую стойку ноги врозь, руки в стороны, повернуться направо (налево) – приставить левую (правую) в «старт пловца»	0,5 + 0,5
6.	Кувырок вперёд прыжком – прыжок вверх с поворотом на 360°	1,0 + 1,0

Таблица 4. Акробатическое упражнение, 9–11 классы (юноши)

№	Упражнение	Стоимость
	И.п. – о.с.	
1.	Правую (левую) в сторону на носок, руки в стороны – фронтальное равновесие (пятка поднятой ноги не ниже 90°), держать – приставить правую (левую) в стойку, руки вверх	1,5
2.	Два переворота в сторону (колёса) в широкую стойку ноги врозь, руки в стороны, повернуться направо (налево) – приставить левую (правую) в упор присев	0,5 + 0,5
3.	Силой, сгибая ноги, стойка на голове и руках, держать – опуститься в упор присев	1,0
4.	Кувырок назад – кувырок назад через стойку на руках, обозначить – опуститься в стойку на ногах – упор присев	0,5 + 1,5
5.	Перекач назад в стойку на лопатках без помощи рук, держать, перекач вперёд в сед ноги врозь с наклоном вперёд, руки вверх, держать – выпрямиться и соединить ноги, сед – упор лёжа сзади, обозначить – поворот направо (налево) кругом в упор лёжа – прыжком, упор присев	0,5 + 1,0
6.	Встать, шагом одной, прыжок со сменой прямых ног вперёд («ножницы»), руки в стороны – приставить правую (левую) – скрестно правой (левой), поворот налево (направо) кругом – «старт пловца» – кувырок вперёд прыжком – прыжок вверх с поворотом на 360°	1,0 + 1,0 + 1,0

Таблица 5. Основные сбавки за нарушения техники выполнения отдельных элементов

№	Ошибки исполнения	Сбавки
1	Сильное, до неузнаваемости, искажение элемента	– стоимость элемента
2	Выполнение элементов с неполной амплитудой, недостаточная высота полётной фазы прыжков, искажение рабочей осанки, неточное положение туловища, сгибание и/или разведение рук и ног	– до 0,5 балла
3	Отсутствие слитности, неоправданные задержки между элементами	– до 0,3 балла каждый раз
4	Остановка при выполнении упражнения более 5 секунд	Упражнение прекращается и оценивается его выполненная часть
5	Фиксация статического положения, указанного как «держат», менее 2 секунд	– стоимость элемента
6	Ошибки приземления при завершении элемента или упражнения в целом: – переступание и незначительное смещение шагом; – широкий шаг или прыжок; – касание пола одной рукой, падение	– 0,1 балла – 0,3 балла – 0,5 балла
7	Выход за пределы акробатической дорожки	– 0,5 балла
8	Отсутствие чётко выраженного начала или окончания упражнения	– 0,3 балла
9	Повторное выполнение упражнения после неудачного начала	– 0,5 балла
10	Нарушение требований к спортивной форме	– 0,5 балла с окончательной оценки

ТЕХНОЛОГИЯ

оценки качества выполнения заданий по гимнастике

Максимально возможное количество набранных баллов за испытание по гимнастике – **40**.

Итоги испытания оцениваются по формуле:

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

X_i – зачётный балл i -го участника;

K – максимально возможный зачётный балл в конкретном задании (по регламенту – 40,0 баллов);

N_i – результат i -го участника в конкретном задании;

M – высший (лучший) результат в конкретном задании.

Например, результат участника составил 9 баллов ($N_i = 9,0$). А высший (лучший) результат составил 9,7 балла ($M = 9,7$). Согласно настоящим критериям и методике оценивания максимально возможный зачётный балл по данному заданию составляет 40 баллов ($K = 40$). Подставляем в формулу значения N_i , K и M и получаем зачётный балл:

$$X_i = 40 \cdot 9 : 9,7 = 37,1 \text{ балла.}$$

Зачётные баллы определяются с точностью до десятых долей.