Управление образования
Администрации Шелеховского муниципального района

Муниципальное бюджетное учреждение
«Информационно-методический образовательный центр»

Требования
к проведению школьного этапа
всероссийской олимпиады школьников по физической культуре
в 2022/2023 учебном году
(для организаторов и членов жюри)

Шелехов, 2022

СОДЕРЖАНИЕ

Введение ……..3

1. Принципы формирования комплектов заданий и методические подходы к составлению заданий школьного этапа олимпиады 4

1.1.Методические подходы к составлению заданий теоретического тура школьного этапа олимпиады……5

1.2.Методические подходы к составлению заданий практического тура школьного этапа олимпиады……..10

2. Необходимое материально-техническое обеспечение для выполнения заданий…….15

3. Перечень справочных материалов, средств связи и электронно-вычислительной техники, разрешенных к использованию во время проведения олимпиады 16

4. Критерии и методика оценивания выполненных олимпиадных заданий 16

4.1 Методика оценки качества выполнения теоретико-методического задания……17

4.2 Методика оценки качества выполнения практических заданий……18

5. Подведение итогов олимпиады……19

6. Использование учебной литературы и интернет-ресурсов при подготовке школьников к олимпиаде 20

ПРИЛОЖЕНИЯ 23

Приложение 1. Форма бланка заданий 24

Приложение 2. Форма бланка ответов 29

Приложение 3. Критерии и методика оценивания выполненных олимпиадных заданий 30

Приложение 4. Образец оформления практического задания по гимнастике ……..32

Приложение 5. Образец оформления практического задания по баскетболу……34

Приложение 6. Заявление участника олимпиады на апелляцию…….35

Приложение 7. Протокол заседания апелляционной комиссии……..36

Приложение 8. Образец протокола по практическому туру олимпиады – Баскетбол……..37

Приложение 9. Образец технического протокола по гимнастике……..38

Приложение 10. Образец сводного протокола по олимпиаде *(рабочий протокол)*……...39

Приложение 11. Образец итогового протокола школьного этапа олимпиады……..39

Введение

Настоящие рекомендации по организации и проведению школьного и муниципального этапов всероссийской олимпиады школьников (далее – олимпиада) по физической культуре составлены в соответствии с Порядком проведения всероссийской олимпиады школьников, утвержденным приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27 ноября 2020 г. № 678 «Об утверждении Порядка проведения всероссийской олимпиады школьников» (далее – Порядок) и предназначены для использования муниципальными и региональными предметно-методическими комиссиями, а также организаторами школьного и муниципального этапов олимпиады.

Олимпиада по физической культуре проводится в целях выявления и развития у обучающихся творческих способностей и интереса к научной (научно-исследовательской) деятельности, пропаганды научных знаний.

Сроки окончания этапов олимпиады: школьного этапа – не позднее 01 ноября; муниципального этапа – не позднее 25 декабря.

Форма проведения олимпиады – очная. При проведении олимпиады допускается использование информационно-коммуникационных технологий в части организации выполнения олимпиадных заданий, анализа и показа олимпиадных заданий, процедуры апелляции при условии соблюдения требований законодательства Российской Федерации в области защиты персональных данных.

Решение о проведении школьного и муниципального этапов олимпиады с использованием информационно-коммуникационных технологий принимается организатором школьного и муниципального этапов олимпиады по согласованию с органом исполнительной власти субъекта Российской Федерации, осуществляющим государственное управление в сфере образования.

Школьный этап олимпиады проводится по заданиям, разработанным для 5–11 классов, муниципальный – для 7–11 классов. Участник каждого этапа олимпиады выполняет олимпиадные задания, разработанные для класса, программу которого он осваивает, или для более старших классов. В случае прохождения участников, выполнивших задания, разработанные для более старших классов по отношению к тем, программы которых они осваивают, на следующий этап олимпиады, указанные участники и на следующих этапах олимпиады выполняют олимпиадные задания, разработанные для класса, который они выбрали на предыдущем этапе олимпиады, или более старших классов.

Методические рекомендации включают: методические подходы к составлению олимпиадных заданий школьного и муниципального этапов олимпиады; принципы формирования комплектов олимпиадных заданий; необходимое материально-техническое обеспечение для выполнения олимпиадных заданий; перечень справочных материалов, средств связи и электронно-вычислительной техники, разрешенных к использованию во время проведения олимпиады; критерии и методику оценивания выполненных олимпиадных заданий.

Дополнительную информацию по представленным методическим материалам можно получить по электронной почте, обратившись по адресу nata230575@mail.ru в предметно-методическую комиссию всероссийской олимпиады школьников по физической культуре школьного этапа.

1. **Принципы формирования комплектов олимпиадных заданий и методические подходы к составлению заданий школьного этапа олимпиады.**

Комплекты олимпиадных заданий школьного этапа формируются для 6 (шести групп) участников: мальчиков 5-6 классов, девочек 5-6 классов, юношей 7-8 классов, девушек 7-8 классов, юношей 9-11 классов и девушек 9-11 классов. Школьный этап олимпиады состоит из двух видов индивидуальных испытаний участников – теоретико-методического и практического. Участниками школьного этапа олимпиады по физической культуре могут быть на добровольной основе все учащиеся 5–11 классов организаций, осуществляющих образовательную деятельность по образовательным программам основного общего и среднего общего образования.

Для выполнения заданий школьного этапа олимпиады, обучающиеся образовательных организаций участвуют отдельно: мальчики 5,6,7,8,9,10,11 классов и девочки 5,6,7,8,9,10,11 классов. В этих же категориях определяются победители и призёры школьного этапа.

Школьный этап олимпиады состоит из двух видов индивидуальных испытаний участников – теоретико-методического и практического.

Теоретико-методическое испытание является обязательным и заключается в решении заданий в тестовой форме. Продолжительность теоретико-методического испытания для всех групп участников – не более 45 (сорока пяти) минут. В комплект олимпиадных заданий теоретического тура олимпиады по каждой возрастной группе (классу) входят: бланк заданий; бланк ответов; критерии и методика оценивания выполненных олимпиадных заданий.

Для проведения теоретико-методического испытания необходимы аудитории, в которых каждому участнику олимпиады должно быть предоставлено отдельное рабочее место и соответствовать действующим на момент проведения олимпиады санитарно- эпидемиологическим правилам и нормам.

Расчет числа аудиторий определяется числом участников и посадочных мест в аудиториях. Проведению теоретико-методического испытания предшествует краткий инструктаж участников о правилах участия в олимпиаде.

Практические испытания заключаются в выполнении упражнений базовой части школьной примерной программы по предмету «Физическая культура» по разделам: гимнастика, спортивные игры (баскетбол, футбол, волейбол), легкая атлетика (бег на выносливость, бег на короткие дистанции, прыжки, метания), прикладная физическая культура. Организаторы могут включить в олимпиадные задания испытание по виду спорта из вариативной (региональной) части школьной программы.

На школьном этапе олимпиады рекомендуется включать два-четыре практических задания по выбору муниципальной (региональной) предметно-методической комиссии школьного этапа олимпиады. При составлении заданий, бланков ответов, критериев и методики оценивания выполненных олимпиадных заданий необходимо соблюдать единый стиль оформления. Рекомендуемые технические параметры оформления материалов: размер бумаги (формат листа) – А4; -ьразмер полей страниц: правое – 1 см, верхнее и нижнее – 2 см, левое – 3 см; − размер колонтитулов – 1,25 см; − отступ первой строки абзаца – 1,25 см; − размер межстрочного интервала – 1,5; − размер шрифта – кегль не менее 12; − тип шрифта – Times New Roman; − выравнивание – по ширине; − нумерация страниц: страницы должны быть пронумерованы арабскими цифрами в центре нижней части листа без точки с соблюдением сквозной нумерации ко всему документу; титульный лист должен быть включен в общую нумерацию страниц бланка ответов, номер страницы на титульном листе не ставится; − рисунки и изображения должны быть хорошего разрешения (качества) и в цвете, если данное условие является принципиальным и необходимым для выполнения заданий; − таблицы и схемы должны быть четко обозначены, сгруппированы и рационально размещены относительно параметров страницы.

Бланки ответов не должны содержать сведений, которые могут раскрыть содержание заданий. При разработке бланков ответов необходимо учитывать следующее: − первый лист бланка ответов – титульный. На титульном листе должна содержаться следующая информация: указание этапа олимпиады (школьный, муниципальный); текущий учебный год; поле, отведенное под код/шифр

участника; строки для заполнения данных участником – Ф.И.О., класс, полное наименование образовательной организации (Приложение 1); − второй и последующие листы содержат: поле, отведенное под код/шифр участника; указание номера задания; поле для выполнения задания участником (разлинованный лист, таблица, схема, рисунок, и т.д.); поле для подписи членов жюри (Приложение 2).

1.1 Методические подходы к составлению заданий теоретического тура школьного этапа олимпиады

В содержание теоретико-методического испытания школьного этапа олимпиады необходимо включать максимально разнообразную тематику вопросов по следующим разделам:

1. Культурно-исторические основы физической культуры и спорта, олимпийского движения.
2. Основные понятия физической культуры и спорта.
3. Специфическая направленность физического воспитания.
4. Психолого-педагогические характеристики физкультурно-спортивной деятельности.
5. Основы теории и методики обучения двигательным действиям.
6. Основы теории и методики воспитания физических качеств.
7. Формы организации занятий в физическом воспитании.
8. Медико-биологические основы физкультурно-спортивной деятельности.
9. Спортивно-оздоровительные системы физических упражнений.
10. Основы самоконтроля при занятиях физической культурой и спортом.
11. Методика решения частных задач физического воспитания.
12. Условия, способствующие решению задач физического воспитания.
13. Правила соревнований по видам спорта.
14. Антидопинговые правила.

Тест теоретико-методического испытания школьного этапа олимпиады должны содержать различные типы заданий:

А. *Задания в закрытой форме,* т. е. с предложенными вариантами ответов. Задания представлены в форме незавершённых утверждений, которые при завершении могут оказаться либо истинными, либо ложными. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильное завершение из предложенных вариантов. Среди них содержатся как правильные, так и неправильные завершения, а также частично соответствующие смыслу утверждений. Правильным является то, которое наиболее полно соответствует смыслу утверждения.

Б. *Задания в открытой форме*, т. е. без предложенных вариантов ответов. При выполнении этих заданий необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение.

В. *Задания на* соответствие *(соотнесение понятий и определений).*
Г. *Задания процессуального или алгоритмического толка.*
Д. *Задания в форме, предполагающей перечисление* известных фактов, характеристик и т.п. Е. *Задания с иллюстрациями или графическими изображениями двигательных действий.* Ж. *Задания-кроссворды.*
З. *Задания-задачи.*

В задания теоретико-методического испытания на школьный этап необходимо включать максимально разнообразные по тематической направленности и типам вопросы.

Примерное количество и типы заданий школьного этапа представлены в таблице 1.

Таблица 1. Количество и типы заданий школьного этапа олимпиады

Участники (классы)	*Типы и количество заданий*							*Общее количество заданий*
	А	*Б*	*В*	*Г*	*Д*	*Е*	*Ж*	
5–6	12–15	2–3	1	–	–	–	–	**16–20**
7–8	11–13	3–4	1	1	1	1	1	**18–22**
9–11	10–12	4–5	2–3	1–2	1–2	1	1	**20–27**

Перед выполнением теста участники олимпиады должны ознакомиться с инструкцией, которая является обязательной составной частью теста. Она должна быть короткой, понятной и общей для всех. В инструкции представлен обзор типов заданий, содержащихся в тесте, даны разъяснения по записи и оформлению ответов. В инструкции сообщается время, в течение которого необходимо выполнить тест.

Оценка выполнения участником любого задания не может быть отрицательной, минимальная оценка, выставляемая за выполнение отдельно взятого задания 0 баллов. В комплект олимпиадных заданий теоретико-методического испытания по каждой возрастной группе (классу) входит: − титульный лист (см. пример оформления в Приложении 1); − бланк заданий; − бланк ответов (см. пример оформления в Приложении 2); − критерии и методика оценивания выполненных олимпиадных заданий (см. пример оформления в Приложении 3). К олимпиадным заданиям предъявляются следующие общие требования: − соответствие уровня сложности заданий заявленной возрастной группе; − тематическое разнообразие заданий; − корректность формулировок заданий; − указание максимального балла за каждое задание и за тур в целом; − соответствие заданий критериям и методике оценивания; − наличие заданий, выявляющих склонность к научной деятельности и высокий уровень интеллектуального развития участников; наличие заданий, выявляющих склонность к получению специальности для поступления на которую(-ые) могут быть потенциально востребованы результаты олимпиады; 800 − недопустимо наличие заданий, противоречащих правовым, этическим, эстетическим, религиозным нормам, демонстрирующих аморальные, противоправные модели поведения и т.п.; − недопустимо наличие заданий, представленных в неизменном виде, дублирующих задания прошлых лет, в том числе для другого уровня образования и задания, содержащиеся в методических рекомендациях центральной предметно-методической комиссии к школьному и муниципальному этапам текущего года. Бланки ответов не должны содержать сведений, которые могут раскрыть содержание заданий. При разработке критериев и методики оценивания выполненных олимпиадных заданий важно руководствоваться следующими требованиями: − полнота (достаточная детализация) описания критериев и методики оценивания выполненных олимпиадных заданий и начисления баллов; − понятность, полноценность и однозначность приведенных индикаторов оценивания

Примеры теоретико-методических заданий различных типов.

А. *Задания в закрытой форме* с выбором одного правильного ответа.
Например: *В каком году проводились Олимпийские игры в Москве?*
а) 1952; б) 1976; в) 1980; г) 2014.

Правильный ответ: в.

Критерии и методика оценивания: правильный ответ оценивается в 1 балл, неправильный – 0 баллов.

Задания в закрытой форме с выбором нескольких правильных ответов.
Какие показатели характеризуют объем нагрузки? Отметьте все позиции.
а) время выполнения упражнения;
б) количество повторений упражнения;
в) продолжительность дистанции в циклических упражнениях; г) скорость выполнения упражнения.
Правильный ответ: а, б, в.

Критерии и методика оценивания: правильный ответ оценивается в 1,0 балл. Если в ответе содержатся неверные ответы, то каждый правильный ответ оценивается в 0,25 балла, неправильный – минус 0,25 балла. Минимальная оценка в задании составляет 0 баллов. Ответ с исправлениями оценивается как неверный.

Б. *Задания в открытой форме* заключаются в дополнении основы утверждения собственной формулировкой его завершения.
Например, *Завершите определение, вписав соответствующее слово в бланк ответов. Укажите вид спорта, в котором Николай Панин-Коломенкин завоевал звание олимпийского чемпиона.*
Правильный ответ: фигурное катан*ие.*
Критерии и методика оценивания: правильный ответ оценивается в 2 балла, неправильный – 0 баллов. Ответ с ошибками в написании слов, зачеркиваниями и исправлениями оцениваются как неверный ответ.

В. *Задания на соответствие* (соотнесение понятий и определений).

Например,. *Установите соответствие между термином и его определением. Ответ буквами запишите в бланк ответов.*

	Термин		**Определение**
1	Кросс	**А**	Бег по пересеченной местности с преодолением встречных препятствий.
2	Лёгкая атлетика	**Б**	Вид спорта, который включает в себя упражнения в беге, прыжках и метании.
3	Утренняя гимнастика	**В**	Комплекс упражнений, выполнение которых помогает разбудить организм, зарядить его силой, бодростью, энергией на целый день.
4	Физкульт-минутка	**Г**	Кратковременные физические упражнения, проводимые с целью предупреждения утомления, восстановления умственной работоспособности.

Правильный ответ: 1-А; 2-Б; 3-В; 4-Г.

Критерии и методика оценивания: каждая верно указанная позиция оценивается в 1 балл, неправильная – 0 баллов. Ответы с исправлениями оцениваются как неверные.

Г. *Задания процессуального или алгоритмического толка.*

Например: *Расставьте в правильном порядке последовательность обучения техническому приёму баскетбола:*

1. имитация приёма; 2. закрепление в игре; 3. показ;

4. многократное повторение; 5. подводящие упражнения.

Правильный ответ: 3 5 1 4 2.

Критерии и методика оценивания: ответ, в котором содержится правильно установленная последовательность оценивается в 2 балла. Если в ответе содержится хотя бы одна неверная позиция, ответ считается неверным и оценивается в 0 баллов. Ответ с исправлениями оценивается как неверный.

Д. *Задания, связанные с перечислениями.*

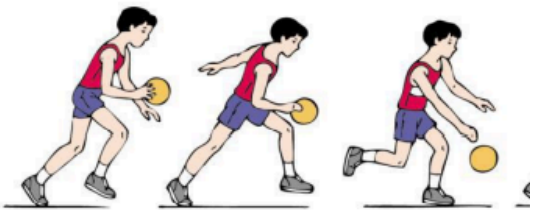
Например. *Перечислите известные Вам основные средства физического воспитания*.

Правильный ответ: физические упражнения; естественные силы природы; гигиенические факторы.

Критерии и методика оценивания: каждая верно указанная позиция оценивается в 1 балл, неправильная – 0 баллов.

Е. *Задания с иллюстрациями или графическими изображениями двигательных действий* (пиктограммы).

Например. *Какой технический прием игры в баскетбол изображён на рисунке. Ответ запишите в бланк ответа*.



Правильный ответ: ведение мяча.

Критерии и методика оценивания: правильный ответ оценивается в 2 балла, неправильный – 0 баллов. Ответ с ошибками в написании слов, зачеркиваниями и исправлениями оцениваются как неверный ответ.

Ж. *Задания-кроссворды.*

Например: *Решите кроссворд, записав слова в бланке ответов.*

По вертикали:

1. Бег на короткую дистанцию.

2. Прибор, способный измерять интервалы времени с точностью до долей секунды.

3. Преждевременный выход со старта или попытка выйти со старта раньше установленного сигнала.

5. Легкая перекладина, устанавливаемая на специальных стойках для прыжков высоту и с шестом.

По горизонтали:

4. Завершающая фаза прыжка в длину с места.

6. Легкоатлетический снаряд для метания.
7. Спортсмен-легкоатлет, бегун на длинные дистанции.

Правильный ответ:	*по горизонтали:*	*по вертикали:*
	1. спринт	4.приземление
	2. секундомер	6. молот
	3. фальстарт	7. стайер
	5. планка	

Критерии и методика оценивания: Каждая верно указанная позиция оценивается в 1,5 балла, неправильная – 0 баллов.

З. *Задания-задачи.*

Например: *Решите задачу. Рассчитайте свой весоростовой индекс (ВРИ), результаты округлите до целых единиц. Формулу с указанием единиц измерения, все расчеты и ответ запишите в бланк ответа.*

Правильный ответ:

$$\text{ВРИ} = \frac{\text{Масса тела или вес (г)}}{\text{Рост или длина тела (см)}}$$

Критерии и методика оценивания: Полный правильный ответ: написана формула, в расчетах указаны показатели массы и роста (переведены в граммы и см соответственно), сделаны верные расчеты, написан ответ и указаны единицы измерения – ответ оценивается в 4 балла.

При отсутствии какого-либо одного составляющего ответа (либо формулы, либо расчетов, либо ответа) ответ оценивается в 1 балл.

Если допущена арифметическая ошибка, но формула и данные в формуле верные, то участник получает 1 балл.

Если неверно указаны или отсутствуют единицы измерения (г/см), а все расчеты, записи и ответ верные, то ответ оценивается в 1 балл.

Если решение отсутствует (формула, расчеты), но дан ответ, то задание оценивается в 0 баллов.

Еще пример задания – задача:

Например. В бланке ответов напишите название фигур, которые на шахматной доске расположены неверно?



Правильный ответ. Чёрные: слон и ладья. Белые: ферзь и король.

Критерии и методика оценивания: правильное указание черных фигур оценивается в 2,5 балла, неправильное – 0 баллов. Правильное указание белых фигур оценивается в 2,5 балла, неправильное – 0 баллов. Максимальное количество баллов за ответ – 5.

1.2. Методические подходы к составлению заданий практического тура школьного этапа олимпиады.

Задания практического тура олимпиады должны дать возможность выявить и оценить: владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в соревновательной деятельности; умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении заданий. Испытания девушек и юношей по разделу *«Гимнастика»* проводятся в виде выполнения акробатического упражнения. В таблицах 2 и 3 представлен примерный набор элементов, из которых составляется комбинация.

Таблица 1. Примерный набор элементов для составления задания школьного этапа по разделу «Гимнастика» (девушки)

Элементы	***5–6 классы***	***7–8 классы***	***9–11 классы***
Равновесие в стойке на носках с различными положениями (движениями) рук	+		
Равновесие на одной ноге, другую согнуть вперёд, носком стопы коснуться колена опорной ноги, держать	+		
Равновесие на одной ноге, другую вперед (пятка поднятой ноги не ниже 45°), держать		+	
Переднее равновесие («ласточка»), держать			+
Сед углом и сед углом, руки в стороны		+	+
Стойка на лопатках	+	+	

Стойка на лопатках без помощи рук		+	+
Мост из положения лёжа – поворот направо (налево) кругом в упор присев		+	+
Кувырок вперёд	+	+	+
Кувырок вперёд в стойку на лопатках			+
Кувырок вперёд прыжком			+
Кувырок вперёд согнувшись в стойку ноги врозь			+
Кувырок назад	+	+	+
Кувырок назад согнувшись в стойку ноги врозь и вместе		+	+
Прыжок вверх ноги врозь		+	+
Прыжок вверх с поворотом на 180º	+	+	
Прыжок вверх с поворотом на 360º			+
Прыжок со сменой согнутых ног вперёд		+	
Прыжок со сменой прямых ног вперёд			+
Переворот в сторону («колесо»)		+	+
Два переворота в сторону (два «колеса») слитно			+
Разновидности наклонов вперёд из различных и.п.,держать	+	+	+

Таблица 2. Примерный набор *элементов* для составления задания школьного этапа по разделу «Гимнастика» (юноши)

Элементы	***5–6 классы***	***7–8 классы***	***9–11 классы***
Равновесие в стойке на носках с различными положениями (движениями) рук	+		
Равновесие на одной ноге, другую согнуть вперёд, носком стопы коснуться колена опорной ноги, держать	+		
Фронтальное равновесие (пятка поднятой ноги не ниже 45°), держать	+		
Переднее равновесие («ласточка»), держать			+
Фронтальное равновесие с захватом за бедро (пятка поднятой ноги не ниже 90°), держать			+
Фронтальное равновесие (пятка поднятой ноги не ниже 90°), держать			+
Разновидности наклонов вперёд из различных и.п.,держать	+	+	+
Сед углом и сед углом, руки в стороны	+	+	+
Стойка на лопатках	+	+	+
Стойка на голове и руках (толчком и силой)		+	+
Кувырок вперёд	+	+	+

Кувырок вперёд в стойку на лопатках		+	

Элементы	***5–6 классы***	***7–8 классы***	***9–11 классы***
Кувырок вперёд в стойку на лопатках без помощи рук			+
Кувырок вперёд прыжком			+
Кувырок вперёд согнувшись в стойку ноги врозь			+
Кувырок назад	+	+	+
Кувырок назад согнувшись в стойку ноги врозь и вместе		+	+
Прыжок вверх прогнувшись	+	+	+
Прыжок вверх ноги врозь	+	+	
Прыжок вверх с поворотом на 180º	+	+	
Прыжок вверх с поворотом на 360º			+
Прыжок со сменой согнутых ног вперёд	+	+	+
Прыжок со сменой прямых ног вперёд		+	+
Переворот в сторону («колесо»)		+	+
Два переворота в сторону (два «колеса») слитно			+

Общая суммарная -«стоимость» всех акробатических элементов составляет максимальную оценку за упражнение – 10 баллов.

Примеры акробатических упражнений представлены в таблицах:

Таблица 3. Акробатическое упражнение 5–6 класс (мальчики)

№	***Элементы и соединения***	***Стоимость***
	И. п. – основная стойка	
1	Шагом вперед, равновесие на левой (правой), свободная нога согнута, стопа касается колена опорной ноги, руки в стороны, ***держать*** – приставить ногу	1,5
2	Упор присев – кувырок назад в упор присев	2,0
3	Перекат назад в стойку на лопатках, ***держать*** – перекат вперёд в упор присев	1,5+ 1,0
4	Два кувырка вперёд	1,5 + 1,5
5	Прыжок вверх, руки вверх	1,0
		10,0

Таблица 4. – Акробатическое упражнение 5-6 класс (девочки)

№ п/п	*Элементы и соединения*	*Стоимость*
	И.П. – О.С.	
1	*Шагом вперед, согнуть правую (левую) вперед, стопой коснуться колена опорной ноги, руки в стороны, держать*	*1,0*
2	*Шагом правой (левой) прыжок со сменой согнутых ног руки на пояс*	*1,0*
3	*Приставляя ногу упор присев – кувырок назад*	*2,5*
4	*Перекат назад в стойку на лопатках, держать*	*1,0*
5	*Перекат вперед в упор присев*	*1,0*
6	*Кувырок вперед*	*2,0*
7	*Прыжок вверх прогнувшись, руки вверх…*	*1,5*
		10,0

Таблица 5. *Акробатическое* упражнение 7–8 класс (девушки)

№	***Элементы и соединения***	***Стоимость***
И.п. – основная стойка		
1	Правую (левую) вперёд на носок, руки в стороны – правую (левую) вперед-книзу (пятка поднятой ноги не ниже 45°), ***держать***	1,0
2	Шагом правой (левой) прыжок со сменой согнутых ног («козлик») – шагом вперед, приставить правую (левую), упор присев, ***обозначить***	1,0
3	Кувырок назад – перекатом назад стойка на лопатках, ***держать***.	1,0 + 1,0
4	Перекат вперед в сед в группировке, ***обозначить*** – сед углом руки в стороны, ***держать***	1,0
5	Лечь, руки вверх – согнуть руки и ноги – мост, ***держать,*** поворот направо (налево) кругом в упор присев – встать	1,5+1,0
6	Махом одной, толчком другой переворот в сторону («колесо») в стойку ноги врозь, руки в стороны и, приставляя ногу с поворотом направо (налево) лицом по направлению движения	1,5
7	Два кувырка вперед слитно	0,5+0,5
		10,0

Испытание по разделу *«Спортивные игры»* может состоять из испытаний по отдельным видам спорта (баскетбол, футбол, волейбол, флорбол, гандбол и т. д.), а также носить комплексный характер. Примерный набор элементов для составления задания школьного этапа по разделу «Спортивные игры» представлен в таблице 6.

Таблица 6. Примерный *набор* элементов для составления задания школьного этапа по разделу «Спортивные игры»

Элементы	***5–6 классы***	***7–8 классы***	***9–11 классы***
Баскетбол			
Передвижение без мяча в стойке баскетболиста правым, левым боком, спиной вперёд	+	+	+
Ведение мяча по прямой	+	+	+
Ведение мяча с изменением направления		+	+
Ведение – 2 шага – бросок мяча в кольцо		+	+
Бросок мяча в кольцо после остановки	+	+	+
Штрафной бросок			+
Подбор мяча после броска		+	+
Передача и ловля мяча	+	+	+
Футбол			
Передвижение без мяча	+	+	+
Ведение мяча по прямой	+	+	+
Ведение мяча с изменением направления		+	+
Удар мяча по воротам после остановки верхом, низом правой и левой ногой	+	+	+
Удар мяча по воротам в движении верхом, низом, правой и левой ногой			+
Флорбол			
Передвижение без мяча		+	+
Ведение мяча по прямой		+	+
Ведение мяча с изменением направления		+	+
Удар мяча по воротам после остановки верхом, низом		+	+
Удар мяча по воротам в движении верхом, низом			+
Волейбол			
Верхняя прямая подача мяча из зоны подачи в указанную зону	+	+	+
Подача мяча из зоны подачи в указанную зону		+	+
Верхняя передача мяча над собой на месте	+		+
Верхняя передача мяча над собой в движении			+

Испытание по разделу *«Прикладная физическая культура»* может быть организовано в форме преодоления полосы препятствий, задания которой представляют собой выполнение физических упражнений прикладного характера, либо в форме комплекса отдельных упражнений. В содержание испытания по разделу «Прикладная физическая культура» возможно включение технических элементов спортивных игр, акробатики и др.

Примерный набор элементов для составления задания школьного этапа по разделу «Прикладная физическая культура (полоса препятствий) представлен в таблице 7.

Таблица 7. **Примерный набор *элементов* для составления задания школьного этапа по разделу «Прикладная физическая культура»**

Элементы	***5–6 классы***	***7–8 классы***	***9–11 классы***
Подтягивание из виса на высокой перекладине/ сгибание-разгибание рук в упоре лёжа	+	+	+
Прыжок в длину с места	+	+	+
Кувырок вперед	+		
Два кувырка вперёд	+	+	
Три кувырка вперёд		+	+
Бег по напольному бревну	+	+	+
Прыжки через скакалку	+	+	+
Метание мяча в цель	+	+	+
Перенос набивных мячей (дев. – 1 кг, юн. – 2 кг)	+	+	+
Бег «змейкой»	+	+	+
Бег через координационную лестницу	+	+	+
Челночный бег	+	+	+
Броски набивного мяча из различных положений в цель и на дальность		+	+
Прыжки через препятствия высотой до 0,5 м		+	+
Ползание под препятствием высотой 0,5 м, длиной 5–10 м	+	+	+

В комплект олимпиадных заданий практического испытания олимпиады по каждой возрастной группе (классу) входят: программа практического испытания, регламент его проведения, схема испытания (при необходимости), критерии и методика оценивания выполненных олимпиадных заданий.

2. Необходимое материально-техническое обеспечение для выполнения заданий

Для проведения всех мероприятий олимпиады необходима соответствующая материальная база, которая включает в себя элементы для проведения двух видов индивидуальных состязаний участников – теоретико-методического и практического.

Теоретико-методическое испытание. Теоретико-методическое испытание проводится в аудитории, оснащённой столами и стульями. При выполнении теоретико- методического задания все учащиеся должны быть обеспечены всем необходимым для выполнения задания:

авторучкой, бланком заданий (вопросником), бланком ответов, при необходимости черновиком. Желательно обеспечить участников ручками с чернилами одного, установленного организатором, цвета. Для кодирования работ члены жюри должны быть обеспечены авторучками и ножницами.

Практические испытания. Для проведения практических испытаний школьного и муниципального этапов, центральная предметно-методическая комиссия рекомендует предусмотреть следующее оборудование:

- дорожка из гимнастических матов или гимнастический настил для вольных упражнений не менее 12 метров в длину и 1,5 метра в ширину (для выполнения конкурсного испытания по акробатике). Вокруг дорожки или настила должна иметься зона безопасности шириной не менее 1,0 метра, полностью свободная от посторонних предметов;
- площадка со специальной разметкой для игры в футбол или флорбол (для проведения конкурсного испытания по футболу или флорболу). Вокруг площадки должна иметься зона безопасности шириной не менее 1 метра, полностью свободная от посторонних предметов. Должны быть в наличии ворота размером 3×2 метра, хоккейные ворота, клюшки и мячи для игры в флорбол, необходимое количество гандбольных, футбольных мячей, фишек-ориентиров, стоек;
- площадка со специальной разметкой для игры в баскетбол или волейбол. Вокруг площадки должна иметься зона безопасности шириной не менее 1 метра, полностью свободная от посторонних предметов. Баскетбольные щиты с кольцами или волейбольные стойки с натянутой волейбольной сеткой, необходимое количество баскетбольных (волейбольных) мячей, фишек-ориентиров, стоек;
- легкоатлетический стадион с беговой дорожкой 400 м или манеж с беговой дорожкой 200 метров (для проведения конкурсного испытания по лёгкой атлетике);
- легкоатлетический стадион, манеж или спортивный зал для проведения конкурсного испытания по прикладной физической культуре;
- компьютер (ноутбук) со свободно распространяемым программным обеспечением;
- контрольно-измерительные приспособления (рулетка на 15 метров; секундомеры; калькуляторы);
- звуковоспроизводящая и звукоусиливающая аппаратура;
- микрофон.

Комплект материалов практической части олимпиадных заданий рекомендуется передать в оргкомитет соответствующего этапа не позднее чем за 2 дня до начала испытаний, задания теоретико-методического испытания – в день проведения соответствующего этапа олимпиады.

3. Перечень справочных материалов, средств связи и электронно-вычислительной техники, разрешенных к использованию во время проведения олимпиады.

При выполнении заданий теоретического и практического туров олимпиады НЕ допускается использование справочных материалов, средств связи и электронно-вычислительной техники.

4. Критерии и методика оценивания выполненных олимпиадных заданий.

Система и методика оценивания олимпиадных заданий должна позволять объективно выявить реальный уровень подготовленности участников олимпиады. С учетом этого, при разработке методики оценивания олимпиадных заданий предметно-методическим комиссиям рекомендуется: − по всем теоретическим и практическим заданиям проводить начисление баллов целыми, а не дробными числами; − размер максимальных баллов за задания установить в зависимости от уровня сложности задания, за задания одного уровня сложности начислять одинаковый максимальный балл; − общий результат по итогам как теоретического, так и практического туров оценивать путем сложения баллов, полученных участниками за каждое теоретическое или практическое задание. Оценка выполнения участником любого задания не может быть отрицательной, минимальная оценка, выставляемая за выполнение отдельно взятого

задания 0 баллов.

4.1. Методика оценки качества выполнения теоретико-методического задания.

За выполнение каждого тестового задания испытуемому выставляются баллы (табл. 8)

Таблица 8. Примерная система оценивания качества выполнения теоретико-методического задания

Типы заданий	**Критерии и методика оценивания**
Задания в закрытой форме	Правильный ответ оценивается в 1 балл, неправильный – 0 баллов
адания в закрытой форме с выбором нескольких правильных ответов	Полный правильный ответ оценивается в 1 балл, если в ответе указан хотя бы один неверный ответ, то он может оцениваться как неверный, либо оценивается каждый ответ – в зависимости от количества предложенных вариантов ответа определяется «стоимость» каждого из них. Например, если ответ одержит 4 варианта ответов, то каждая позиция оценивается в 0,25 балла. При этом за правильный ответ даётся + 0,25 балла, за неправильный – 0 баллов или минус 0,25 баллов, однако минимальное количество баллов за вопрос не может быть менее 0 баллов.
Задания в открытой форме	Каждый правильный ответ оценивается в 2 балла, а каждый неправильный – в 0 баллов
Задания на соответствие	Каждый правильный ответ оценивается в 0,5–1 балл, а каждый неправильный – в 0 баллов
Задания процессуального или алгоритмического толка	Правильное решение задания процессуального или алгоритмического толка оценивается в 1-2 балла, неправильное решение – в 0 баллов
Задания, предполагающие перечисление	В заданиях, связанных с перечислениями или описаниями, каждая верная позиция оценивается в 0,5–1 балл (квалифицированная оценка)
Задания с иллюстрациями	Каждое верно описанное изображение оценивается в 0,5–1,5 балла
Задания-кроссворды	Каждый правильный ответ при выполнении задания-кроссворда оценивается в 2 балла, неправильный ответ – в 0 баллов
Задания-задачи	Требуется квалифицированная оценка. Полный правильный ответ оценивается в 3-4 балла (в зависимости от сложности задания), а также оценивается частично правильный ответ. Критерии оценивания разрабатывает предметно-методическая комиссия

Максимальное количество баллов, которое возможно набрать участнику в теоретико-методическом задании, формируется из суммы максимально возможных баллов по каждому типу заданий в тестовой форме. Максимально возможный балл, который может получить участник олимпиады, **составит: 20 баллов**

4.2 Методика оценки качества выполнения практических заданий.

По разделу «Гимнастика» судьи оценивают качество выполнения упражнения в сравнении с идеально возможным вариантом, учитывая требования к технике исполнения отдельных элементов. При выставлении окончательной оценки каждый из судей вычитает из **10** баллов сбавки, допущенные участником при выполнении элементов и соединений.

Окончательная оценка максимально может быть равна **10 баллов.**

Требования к спортивной форме. Девушки могут быть одеты в купальники, комбинезоны или футболки с лосинами. Раздельные купальники запрещены. Юноши могут быть одеты в гимнастические майки, ширина лямок которых не должна превышать 5 см, трико или спортивные шорты, не закрывающие колени. Футболки и майки не должны быть надеты поверх шорт, трико или лосин. Упражнение может выполняться в носках, гимнастических тапочках (чешках) или босиком. Использование украшений и часов не допускается. Допускается использование тейпов (бандажей, напульсников, наколенников, голеностопов), надёжно закреплённых на теле. В случае если во время упражнения эти вещи открепляются, участник несёт за них личную ответственность, а судьи вправе сделать сбавку.

Нарушение требований к спортивной форме наказывается сбавкой **0,5** баллов с окончательной оценки участника.

Испытания девушек и юношей проводятся в виде выполнения акробатического упражнения, которое имеет строго обязательный характер. В случае изменения установленной последовательности элементов упражнение не оценивается, и участник получает **0** баллов.

Если участник не сумел выполнить какой-либо элемент, то оценка снижается на указанную в программе «стоимость» элемента или соединения, включающего данный элемент.

Упражнение должно иметь чётко выраженное начало и окончание, выполняться со сменой направления, динамично, слитно, без неоправданных пауз. Фиксация статических элементов не менее **2** секунд.

Выполнение упражнения оценивается судейской бригадой, состоящей из четырех человек. Судьи должны находиться друг от друга на расстоянии, не позволяющем обмениваться мнениями до выставления оценки. При выставлении оценки средняя оценка идёт в зачёт. Окончательная оценка выводится с точностью до 0,1 балла.

Оценка качества выполнения практического задания по спортивным играм, прикладной физической подготовке и заданиям (физическим упражнениям), отражающим национальные и региональные особенности, складывается из времени, затраченного участником олимпиады на выполнение всего конкурсного испытания, и штрафного времени (за нарушения техники выполнения отдельных приёмов). Результаты всех участников ранжируются по возрастающей: лучшее показанное время – 1-е место, худшее последнее. Участнику, показавшему лучшее время, начисляются максимально возможные «зачётные» баллы (их устанавливают организаторы соответствующих этапов олимпиады); остальным – меньше на процент, соответствующий разнице с лучшим показанным временем. Формула, по которой рассчитываются «зачётные» баллы по практическим заданиям, будет представлена ниже.

Качество выполнения практического задания по лёгкой атлетике оценивается по показанному времени каждым участником на соответствующей дистанции и их ранжированию по возрастающей: лучшее показанное время – 1-е место, худшее – последнее. Участнику, показавшему лучшее время, начисляются максимально возможные «зачётные» баллы (их устанавливают организаторы соответствующих этапов олимпиады); остальным – меньше на процент, соответствующий разнице с лучшим показанным временем.

5. Подведение итогов олимпиады.

В общем зачете школьного этапа олимпиады определяются победители и призеры по каждой возрастной параллели отдельно девочки и отдельно мальчики.

Для определения победителей и призёров олимпиады, а также общего рейтинга участников олимпиады рекомендуем использовать **100-бальную систему оценки результатов участников** олимпиады, т. е. максимально возможное количество баллов, которое может набрать участник за оба тура олимпиады, **составляет 100 баллов.**

Например, для школьного этапа, если он состоит из теоретико-методического и двух практических испытаний, рекомендуем установить следующие «зачетные» баллы:

- за теоретико-методическое задание – 20 баллов, за каждое практическое задание – по 40 баллов. На школьном этапе рекомендовано проведение двух практических испытаний (каждый оценивается по 40 балов). Итоги практических испытаний оцениваются по формулам.

Расчет «зачетных» баллов участника по легкой атлетике, спортивным играм, прикладной физической культуре проводится по формуле (1), так как лучший результат в этих испытаниях в абсолютном значении меньше результата любого другого участника.

Формула 1:

$$Xi = \frac{K*M}{Ni}$$, где

где Xi – «зачетный» балл i-го участника;
К – максимально возможный «зачетный» балл в конкретном задании (по регламенту);
Ni – результат i-го участника в конкретном задании;
М – максимально возможный или лучший результат в конкретном задании.
«Зачетные» баллы по теоретико-методическому заданию подсчитываются без формулы (1).

Например, при Ni =53,7 с (личный результат участника), М = 44,1 с (наилучший результат из показанных в испытании) и К = 40 (установлен предметной комиссией) получаем 40·44,1/53,7 = 32,84 балла. Таким образом, за лучший результат в испытаниях по лёгкой атлетике, спортивным играм, прикладной физической культуре (в данном примере — 44,1 с) участник получает максимальный «зачетный» балл (в данном примере – 40).

«Зачетный» балл по гимнастике (акробатике) рассчитывается по формуле (2):

$$Xi = \frac{K*Ni}{M}$$, где

где Xi – «зачетный» балл i-го участника;
К – максимально возможный «зачетный» балл в конкретном задании (по регламенту);
Ni – результат i-го участника в конкретном задании;
М – лучший результат в испытании.

Например, при Ni = 8,7 балла (личный результат участника), М = 9,7 балла (лучший результат в испытании) и К = 40 (установлен предметной комиссией) получаем 40·8,7/9,7=35,87 балла.

Максимальное количество «зачётных» баллов за теоретико-методический конкурс -20. В 5-6 классах и 7-8 классах теоретический тест подсчитывается без формул и рангов, т.е каждый вопрос имеет свою оценку (балл) согласно инструкции, общее количество за правильно выполненный тест 20 баллов. Итоговый балл за теоретический тест у 5-6, 7-8 классов равняется набранным зачётным баллам за теоретическую часть. Т.е , например если из 20 балов ребенок набирает 16 баллов, то 16 балов он получает за теоретическую часть.

В 9-10-11 классах максимально возможная сумма за правильно выполненный тест устанавливается разработчиком школьного этапа и при подсчете используется формула. После

проверки всех участников они ранжируются от самого лучшего максимального результата до наименьшего и согласно таблице, определяется набранный балл итоговый за теоретический тест. Самый лучший результат (1 место) получает 20 баллов. Максимально возможное количество набранных баллов за теоретико-методическое задание – 20 баллов. При подсчете баллов 9-10-11 классов смотрите таблицу в файле «Ключи к теории 9-11». **Ранг по классам для 9 - 10-11 классов (девушки и юноши), отдельно.**

Для определения лучших участников в каждом конкурсном испытании результаты ранжируются. Личное место участника в общем зачете определяется по сумме «зачетных» баллов, полученных в результате выполнения всех испытаний. Участник, набравший наибольшую сумму «зачётных» баллов по итогам всех испытаний, является победителем. В случае равных результатов у нескольких участников, победителями признаются все участники, набравшие одинаковое количество «зачётных» баллов. При определении призеров участники, набравшие равное количество баллов, ранжируются в алфавитном порядке. Окончательные результаты всех участников фиксируются в итоговой таблице, представляющей собой ранжированный список участников, расположенных по мере убывания набранных ими баллов. Участники с одинаковыми баллами располагаются в алфавитном порядке.

На основании итоговой таблицы и в соответствии с квотой, установленной организатором школьного и муниципального этапов, жюри определяет победителей и призёров соответствующего этапа олимпиады. На школьном этапе в каждой образовательной организации определяются победители и призеры.

Рекомендуется на школьном этапе олимпиады олимпиадные задания выполнять в аудиториях и на спортивных сооружениях, оборудованных средствами видеозаписи, осуществляемой в течение всего периода выполнения олимпиадных заданий.

6. Использование учебной литературы и интернет-ресурсов при подготовке школьников к олимпиаде

При подготовке участников к школьному и муниципальному этапам олимпиады целесообразно использовать следующие нижеприведенные источники:

1. Афонькин С. Ю. Анатомия человека: Школьный путеводитель – СПб: БКК, 2012. – 96 с.
2. Балашова В. Ф. Физическая культура: тестовый контроль знаний: методическое пособие – 2-е изд. / В.Ф. Балашова, Н.Н. Чесноков. – М.: Физическая культура, 2009.
3. Всероссийская олимпиада школьников по физической культуре в 2006 году / под общ ред. Н. Н. Чеснокова. – М.: АПКиППРО, 2006.
4. Гимнастика на Всероссийских олимпиадах школьников по физической культуре: методическое пособие / под общ.ред. Н. Н. Чеснокова. – М.: Физическая культура, 2010.
5. Гурьев С. В. Физическая культура. 8-9 класс: учебник / С. В. Гурьев, М. Я. Виленский. – М.: Русское слово, 2012.
6. Красников А. А. Тестирование теоретико-методических знаний в области физической культуры и спорта: учебное пособие / А. А. Красников, Н. Н. Чесноков. – М.: Физическая культура, 2010.
7. Лагутин А. Б. Гимнастика в вопросах и ответах: учебное пособие: рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / А. Б. Лагутин, Г. М. Михалина. – М.: Физическая культура, 2010. – 128 с.: ил.
8. Лукьяненко В. П. Физическая культура: основа знаний: учебное пособие / В. П. Лукьяненко. – М.: Советский спорт, 2003.
9. Лях В. И. Физическая культура. 10–11 классы: учеб. для общеобразоват. учреждений / В. И. Лях, А. А. Зданевич / под ред. В. И. Ляха. – 7-е изд. – М.: Просвещение, 2012.
10. Лях В. И. Физическая культура. 1–4 классы: учеб для общеобразоват. организаций / В. И. Лях. – 7-е изд., перераб и доп. – М.: Просвещение, 2019. – 175 с.: ил. – (Школа России).
11. Матвеев А. П. Физическая культура. 5 класс: учеб для общеобразоват.

организаций / А. П. Матвеев. – 9-е изд. – М.: Просвещение, 2019. – 127 с.: ил.

12. Матвеев А. П. Физическая культура: 6–7 классы: учебники для учащихся общеобразовательных учреждений / А. П. Матвеев. – М.: Просвещение, 2019. – 192 с.: ил.

13. Матвеев А. П. Физическая культура. 10–11 классы: учеб для общеобразоват. организаций: базовый уровень / А. П. Матвеев. – 9-е изд. – М.: Просвещение, 2019. – 319 с.: ил.

14. Матвеев А. П. Физическая культура. 8–9 классы: учебник для общеобразовательных учреждений / А. П. Матвеев. – М.: Просвещение, 2012.

15. Матвеев А. П. Физическая культура: 10–11 классы: учебник для учащихся общеобразовательных организаций / А. П. Матвеев, Е. С. Палехова. – 2-е изд. Стереотип. – М.: Вентана-Граф, 2019. – 160 с.

16. Погадаев Г. И. Физическая культура. 7–9 классы: учебник / Г. И. Погадаев. – М.: Дрофа, 2012.

17. Твой олимпийский учебник [Текст]: учеб.пособие для олимпийского образования / В. С. Родиченко и др.; Олимпийский комитет России. – 27-е изд., перераб. и дополн. – М.: Спорт, 2019. – 216 с. : ил.

18. Физическое воспитание в школе: легкая атлетика / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Г. Н. Германов. – М.: Физическая культура, 2014.

19. Физическая культура. 5–6–7 классы: учебник / М. Я. Виленский, И. М. Туревский, Т. Ю. Торочкова. – М.: Просвещение, 2011.

20. Физическая культура. 8–9 классы: Учебник для общеобразоват. учреждений / Т. В. Петрова, Ю. А. Копылова, Н. В. Полянская, С. С. Петров. – М.: Вентана-Граф / Учебник, 2019. – 126 с.

21. Физическая культура: учебник для учащихся 10 классов образовательных учреждений с углубленным изучением предмета «Физическая культура» / под общ. ред. А. Т. Паршикова, В. В. Кузина, М. Я. Виленского. – М. :СпортАкадемПресс, 2003.

22. Физическая культура: учебник для учащихся 11-х классов образовательных учреждений с углубленным изучением предмета «Физическая культура» / под общ. ред. А. Т. Паршикова, В. В. Кузина, М. Я. Виленского. – М. :СпортАкадемПресс, 2003.

23. Чесноков Н. Н. Тестирование теоретико-методических знаний в области физической культуры и спорта. / Н. Н. Чесноков, А. А. Красников. – М.: СпортАкадемПресс, 2002.

24. Чесноков Н. Н. Олимпиада по предмету «Физическая культура» / Н. Н. Чесноков, В. В. Кузин, А. А. Красников. – М.: Физическая культура, 2005.

25. Чесноков Н. Н. Теоретико-методические задания на Всероссийской олимпиаде школьников по предмету «Физическая культура» / Н. Н. Чесноков, Д. А. Володькин. – М.: Физическая культура, 2014.Чесноков Н. Н. Практические испытания на Всероссийской олимпиаде школьников по предмету «Физическая культура»: методическое пособие / Н. Н. Чесноков, Д. А. Володькин. – М.: Физическая культура, 2016.

26. Чесноков Н. Н. Содержание программ раздела «Гимнастика» регионального и заключительного этапов Всероссийской олимпиады школьников по предмету «Физическая культура» / Н. Н. Чесноков, Г. М. Михалина. – М.: Физическая культура, 2019.

27. Чесноков Н. Н. Теоретико-методические задания на региональных этапах Всероссийской олимпиады школьников по предмету «Физическая культура» / Н. Н. Чесноков. – М.: Физическая культура, 2019.

Интернет-источники:

1. https://olympic.ru/ Сайт Олимпийского комитета России.
2. http://elibrary.ru/defaultx.asp/ Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU
3. http://lib.sportedu.ru/Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту
4. http://sflaspb.ru/sites/default/files/the_iaaf_anti-doping_athletes_guide.pdf

Руководство для спортсменов по антидопинговой программе ИААФ июнь, 2013.

5. http://vserosolymp.rudn.ru/ Всероссийская олимпиада школьников и международные олимпиады школьников по общеобразовательным предметам
6. http://www.fismag.ru/ Физкультура и спорт
7. http://www.rsl.ru/ Российская Государственная библиотека
8. www.schoolpress.ru/ Журнал «Физическая культура в школе»
9. http://www.volley.ru/pages/466/ Официальные волейбольные правила 2017-2020.
10. https://rfs.ru/search?section=documents&q=%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%B2%D0%B8%D0%BB%D0%B0/ правила игры в футбол 2019/20
11. https://rushandball.ru/Files/Documents/rules_handball_01072016.pdf/ Правила игры. Гандбол в зале.
12. https://russiabasket.ru/federation/referees/rules/ Официальные правила баскетбола 2018. Изменения в правилах ФИБА, действуют с 1 октября 2020 года. https://russwimming.ru/node/15662/

Приложение 1. Форма бланка заданий. ПРИМЕР ОФОРМЛЕНИЯ БЛАНКА ЗАДАНИЙ

Код участника_____

Всероссийская олимпиада школьников 2021-2022

Школьный этап
ПРЕДМЕТ: ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
9-10-11 класс
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Время выполнения – 45 минут
Максимальное количество баллов – 51

Инструкция по выполнению заданий

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к уровню знаний учащихся общеобразовательных школ по предмету «Физическая культура».

Задания объединены в 5 групп:

I. Задания с выбором одного правильного ответа. При выполнении этих заданий необходимо выбрать единственно правильный вариант из предложенных.

Среди вариантов могут встретиться частично правильные, не подходящие в качестве ответа. Правильным является только один – тот, который наиболее полно соответствует смыслу утверждения. Выбранный вариант отмечается зачёркиванием соответствующего квадрата в бланке работы: «а», «б», «в» или «г».

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте задания, которые не удаётся выполнить сразу. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенным заданиям.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 1 балл.

II. Задания, в которых необходимо вписать ответ. При выполнении этих заданий необходимо самостоятельно подобрать недостающие слова, чтобы получилось верное утверждение. Подобранные слова вписывайте в соответствующую графу бланка работы.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2 балла.

III. Задания на установление соответствия между понятиями. **Каждое верное утверждение этой группы оценивается в 1 балл.**

IV. Задание на установление правильной последовательности слов. **Правильно установленная последовательность оценивается в 3 балла.**

V. Задание – описание гимнастического упражнения. **Каждое верно описанное гимнастическое упражнение оценивается в 1 балл.**

Контролируйте время выполнения задания.

Полноценное выполнение третьей, четвёртой и пятой групп заданий может потребовать больше времени.

Время выполнения всех заданий – 45 минут.

Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов. Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ.

Желаем успеха!

Код участника_____

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ
для 9-10-11 классов
(2021-2022 учебный год, школьный этап)

I. ЗАДАНИЯ 1-15 С ВЫБОРОМ ОДНОГО ПРАВИЛЬНОГО ОТВЕТА.

1. Каким событием для олимпийского движения ознаменован 1952 год?
а) состоялись первые Олимпийские игры современности;
б) состоялся дебют команды СССР;
в) впервые в соревнованиях приняли участие женщины;
г) было показано максимальное количество рекордных результатов.

2. Кто представляет страну на Олимпийских играх в соответствии с Олимпийской хартией?
а) национальный олимпийский комитет;
б) президент страны;
в) национальные спортивные федерации;
г) Министерство спорта.

3. Какая страна будет местом проведения Олимпийских игр 2022 года?
а) Япония;
б) Южная Корея;
в) Китай;
г) Индия.

4. Как называлась дистанция на Олимпийских играх в Древней Греции, по преданиям, соответствующая 600 стопам Геракла?
а) спринт;
б) эстафета;
в) стадий;
г) марафон.

5. Какой из видов спорта относится к категории спортивных игр?
а) теннис;
б) фехтование;
в) скалолазание;
г) дзюдо.

6. Как называют резкое кратковременное увеличение темпа движения по ходу дистанции как тактический приём в беге на 2000 м?
а) спурт;
б) старт;
в) форсаж;
г) гипертрофия.

7. К какой категории относятся гигиенические факторы, естественные силы природы и физические упражнения?
а) формы физической культуры;
б) функции физической культуры;
в) методы физической культуры;
г) средства физической культуры.

8. Какие из перечисленных методов можно отнести к методам словесного воздействия?
а) счёт во время выполнения упражнения;
б) хлопки для задания ритма упражнения;
в) сигнал свистком для начала игры;

г) выстрел на старте дистанции.

9. Какое из представленных определений сформулировано верно?
а) физическое совершенство – это естественный процесс изменения морфофункциональных свойств организма на протяжении индивидуальной жизни;
б) физическое совершенство – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия;
в) физическое совершенство – образ жизни отдельного человека с целью профилактики болезней и укрепления здоровья;
г) физическое совершенство – это оптимальная мера всесторонней физической подготовленности и гармоничного физического развития, соответствующая требованиям общества.

10. Какой из методов физического воспитания предусматривает непрерывное выполнение физического упражнения?
а) повторный;
б) интервальный;
в) равномерный;
г) наглядный.

11. Какой вид спорта включён в программу зимних Олимпийских игр?
а) хоккей на траве;
б) скелетон;
в) современное пятиборье;
г) триатлон.

12. Как называется нарушение осанки, характеризующееся изгибом позвоночника в сторону?
а) кифотическая осанка;
б) сколиотическая осанка;
в) осанка изогнутого вида;
г) осанка наклонного вида.

13. Какое упражнение используется для оценки уровня выносливости на V ступени ВФСК ГТО?
а) плавание 50 м;
б) подтягивание на высокой или низкой перекладине;
в) бег на дистанцию 100 м;
г) бег на дистанцию 2000 м или 3000 м.

14. Как называется положение занимающегося на снаряде, когда его плечи находятся выше точки опоры?
а) упор;
б) вис;
в) стойка;
г) сед.

15. Как называется процесс воспитания физических качеств и способностей к определённой деятельности?
а) физическая готовность;
б) физическая подготовка;
в) физическое совершенство;
г) физическое развитие.

II. ЗАДАНИЯ 16-20, В КОТОРЫХ НЕОБХОДИМО ВПИСАТЬ ОТВЕТ.

Завершите определение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.

16. Напишите имя и фамилию президента Международного олимпийского комитета.
17. Как терминологически верно называется прыжок с брусьев в гимнастике?
18. Как называется комплексная система оздоровительных мероприятий и воздействий на организм с использованием естественных сил природы?
19. Как называется способность выполнять физические упражнения с максимальной амплитудой за счёт внешних сил?
20. Вид спорта, в котором кубок Конфедераций проходил в нашей стране за один год до Чемпионата мира-2018.

III. ЗАДАНИЯ 21-22 НА УСТАНОВЛЕНИЕ СООТВЕТСТВИЯ МЕЖДУ ПОНЯТИЯМИ.

21. Установите соответствие между показателями функционирования организма и единицами их измерения.

1. ЖЕЛ	А. мм рт. ст.
2. ЧСС	Б. секунды
3. проба Штанге	В. миллиметр
4. проба Генчи	Г. удары в минуту
5. АД	

22. Установите соответствие между техническими приемами и видами спорта.

1. рывок	А. дзюдо
2. бросок	Б. волейбол
3. хук	В. тяжёлая атлетика
4. пенальти	Г. бокс
5. подача	Д. футбол

23. Установите соответствие между физическими качествами и видами спорта, в которых они преимущественно проявляются.

1. быстрота	А. Художественная гимнастика
2. гибкость	Б. Лыжные гонки
3. сила	В. Тяжёлая атлетика
4. выносливость	Г. Прыжки в воду
5. ловкость	Д. Лёгкая атлетика, бег на короткие дистанции

IV. ЗАДАНИЕ НА УСТАНОВЛЕНИЕ ПРАВИЛЬНОЙ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ СЛОВ.

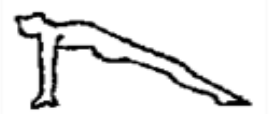
24. Установите правильную последовательность слов в определении понятия общей выносливости.

а) работе
б) к продолжительной
в) интенсивности
г) способность
д) и эффективной
е) умеренной

V. ЗАДАНИЕ – ОПИСАНИЕ ГИМНАСТИЧЕСКОГО УПРАЖНЕНИЯ.

25. Дайте правильную формулировку гимнастическим упражнениям.

А		1. Упор лёжа
		2. Выпад правой, руки на пояс
Б		3. Равновесие, руки в стороны
		4. Сед углом
В		5. Наклон прогнувшись, руки в стороны
		6. Сед

Г		7. Упор лёжа сзади
		8. Сед на пятках
Д		9. Упор стоя согнувшись
		10. Наклон вперёд, опираясь руками в пол
Е		11. Сед углом, руки в стороны
		12. Упор боком
Ж		13. Выпад вправо, руки на пояс
		14. Упор лёжа правым боком, левая рука на пояс
З		15. Сед в упоре
		16. Сед на пятках, руки на пояс

Приложение 2. Форма бланка ответов. ***Код участника*_____**

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ
для обучающихся 9-10-11 классов
(2021-2022 учебный год, школьный этап)

Бланк ответа

I. Задания с выбором одного правильного ответа.

№ вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»
1	а	б	в	г
2	а	б	в	г
3	а	б	в	г
4	а	б	в	г
5	а	б	в	г
6	а	б	в	г
7	а	б	в	г
8	а	б	в	г
9	а	б	в	г
10	а	б	в	г

№ вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»
11	а	б	в	г
12	а	б	в	г
13	а	б	в	г
14	а	б	в	г
15	а	б	в	г

II. Задания в открытой форме.

№ вопроса	Ответ
16	
17	
18	
19	
20	

III. Задания на установление соответствия между понятиями.

21.

1	2	3	4	5

22.

1	2	3	4	5

23.

1	2	3	4	5

IV. Задания на установление правильной последовательности слов.

24.

1	2	3	4	5	6

V. Задание – описание гимнастического упражнения.

25. Гимнастические упражнения.

А	
Б	
В	
Г	
Д	
Е	
Ж	
З	

Оценка (слагаемые и сумма) _____

Подписи членов жюри _____

Приложение 3. Критерии и методика оценивания выполненных олимпиадных заданий

ПРИМЕР ОФОРМЛЕНИЯ КРИТЕРИЕВ И МЕТОДИКИ ОЦЕНИВАНИЯ ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОГО ЗАДАНИЯ

Всероссийская олимпиада школьников по предмету «Физическая культура

Теоретико-методическое задание

Школьный этап 2021/22 учебный год

9–11 классы

Критерии и методика оценивания

№ задания	**Правильный ответ**	**Количество баллов, критерии оценивания**
1	в	Правильный ответ оценивается в 1 балл, неправильный – 0 баллов. Ответ с исправлениями оценивается как неверный.
2	в	
…		
12	а, б, в	Полный правильный ответ оценивается в 1 балл, неправильный – 0 баллов. Если в ответе содержится хотя бы одна неверная позиция, ответ считается неверным.
…		
Максимальная оценка за группу заданий №№ 1–14– 14,0 баллов		
15	замена	Правильный ответ оценивается в 2 балла, неправильный – 0 баллов. Ответы с орфографическими ошибками,

…		зачеркиваниями и исправлениями оцениваются как неверный ответ.
Максимальная оценка за группу заданий №№ 15–17— 6,0 баллов		
18	А. горные лыжи или горнолыжный спорт Б. биатлон В. лыжные гонки Г. следж-хоккей Д. кёрлинг на колясках	Каждое верно описанное графическое изображение оценивается в 2,0 балла, неверный ответ – 0 баллов. Ответы с орфографическими ошибками, зачеркиваниями и исправлениями оцениваются как неверный ответ.
Максимальная оценка за группу заданий № 18– 10,0 баллов		
19	1-Б, 2- Г, 3-Д, 4-Е, 5-А, 6-В	Каждая верно указанная позиция оценивается в 1 балл, неправильная – 0 баллов. Ответ с исправлениями оценивается как неверный**.**
Максимальная оценка за группу заданий № 19– 6,0 баллов		
И так далее…….		

Итоговая оценка представляется суммой баллов оценки выполненных заданий, например,:

Задания в закрытой группе №№ 1–14	14,0 баллов
Задания в открытой группе №№ 15–17	6,0 баллов
Задания с графическим изображением № 18	10,0 баллов
Задания на соответствие № 19	6,0 баллов

Максимальная оценка результата участника 9–11 классов в теоретико-методическом испытании определяется арифметической суммой всех баллов, полученных за выполнение заданий, и не должна превышать максимальной СУММЫ баллов установленной разработчиками экспертной комиссией школьного этапа. Далее полученный результат пересчитывается по формуле в зачетный балл (см. Требования к проведению школьного этапа).

Приложение 4. Образец оформления практического задания по гимнастике 9-10-11 классы

- Программа испытаний

Испытания проводятся в виде выполнения участниками акробатической комбинации, составленной из обязательных связок стоимостью 2,0 балла. Связки включают в себя акробатические элементы, каждый из которых имеет стоимость 1,0 балл. Комбинация должна: иметь четко выраженное начало и окончание; включать в себя связующие элементы, придающие комбинации целостность; выполняться слитно без неоправданных пауз, со сменой направлений. Фиксация статистических элементов 2 с. Максимальная базовая оценка 10,0 баллов, из которой вычитаются ошибки за технику выполнения отдельных элементов. В случае если участник не выполнил какой-либо элемент в связке, его оценка снижается на стоимость невыполненного элемента.

Девушки. Акробатические упражнения.

	Элементы и соединения.
1	И.п. – основная стойка. Дугами вперед руки в стороны и шагом вперед равновесие на правой (левой) – «ласточка», держать; кувырок вперед (1,0 балла). ***Усложнение*:** дугами вперед руки в стороны и шагом вперед равновесие на правой или левой («ласточка»), держать; кувырок вперед без помощи рук (2,0).
2	Встать и шагом вперед прыжок со сменой согнутых ног – «козлик» (0,5). Шаг вперед и прыжок со сменой прямых ног – «ножницы» (0,5). Шаг вперед и вторым шагом одноименный поворот на 360 градусов, сгибая свободную ногу вперед (1,0). ***Усложнение:*** шаг вперед и вторым шагом одноименный поворот на 360 градусов, свободная нога вперед не ниже 90 градусов (2,0). Шаг вперед и, приставляя ногу, прыжок вверх с поворотом на 180 градусов (0,5).
3	Махом одной, толчком другой два переворота вправо или влево («колеса») в стойку ноги врозь (0,5 + 0,5). ***Усложнение:*** махом одной, толчком другой переворот вправо или влево («колеса») в стойку ноги врозь; поворот направо (налево) и махом правой (левой), толчком левой (правой) переворот влево или вправо в стойку ноги врозь (1,0 + 1,0).
4	Поворот направо (налево) плечом назад в упор присев; кувырок назад в упор стоя согнувшись, выпрямиться (1,0). Наклоном назад «мост», держать (1,0). ***Усложнение:*** наклоном назад «мост» с поднятой вперед ногой, держать (2,0). Лечь на спину, выпрямить руки и ноги и, обозначив наклон вперед, перекатом назад стойка на лопатках без помощи рук, держать (1,0).
5	Перекат вперед в группировке в упор присев (0,5). Кувырок вперед и кувырок вперед прыжком (0,5 + 0,5). Прыжок вверх прогнувшись ноги врозь (1,0). ***Усложнение:*** прыжок вверх с поворотом на 360º (2,0).

Юноши. Акробатические упражнения.

	Элементы и соединения
1	Шагом правой (левой) вперед, равновесие («ласточка») на левой (правой). Держать (1,0). Выпрямиться в стойку руки вверх и махом одной, толчком другой два переворота в сторону («колеса») в стойку ноги врозь (1,0 + 1,0). ***Усложнение:*** выпрямиться в стойку руки вверх и махом одной , толчком другой два переворота вправо или влево («колеса») с опорой на одну руку в стойку ноги врозь (2,0 + 2,0).
2	Приставляя ногу, повернуться в сторону движения и махом одной, толчком другой выйти в стойку на руках, обозначить; перекат назад в упор лежа прогнувшись (1,0).
3	Упор присев прыжком, стойка на голове и руках, держать (0,5). Опуститься силой в упор лежа и повернуться направо кругом в упор лежа сзади (1,0). Сед с наклоном вперед и кувырок назад в упор стоя согнувшись (1,0). ***Усложнение:***сед с наклоном вперед и кувырок назад в стойку на руках, обозначить (2,0).
4	Выпрямиться и махом одной, толчком другой через стойку на руках кувырок вперед в упор присев (1,0). ***Усложнение:*** махом одной, толчком другой стойка на руках с поворотом на 360 градусов и кувырок вперед в упор присев (2,0).
5	Кувырок вперед прыжком (0,5). Прыжок вверх ноги врозь и кувырок прыжком (1,0). Прыжок вверх с поворотом на 360 градусов (1,0). ***Усложнение:*** прыжок вверх с поворотом на 540 градусов (2,0).

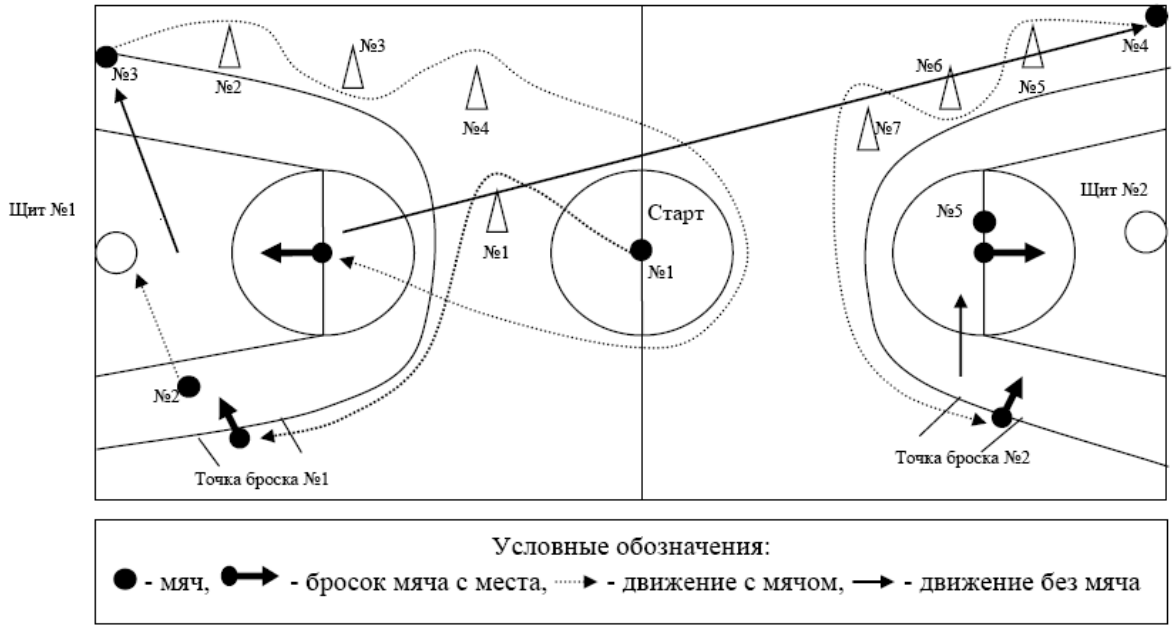
Приложение 5. Образец оформления практического задания по баскетболу (9-10-11 класс)

Участник находится в центре средней линии спиной к щиту №1, мяч №1 находится перед участником. По сигналу участник берет мяч №1 и, выполняя ведение мяча правой рукой спиной вперед, движется к фишке №1, обегает ее с поворотом вперед через правое плечо и сменой рук, после чего двигается вдоль линии трехочкового броска, выполняя ведение левой рукой до точки броска №1, откуда выполняет бросок мяча в кольцо. Затем участник берет мяч №2 и выполняет бросок в кольцо с двух шагов из-под щита слева от кольца без подбора мяча и продолжает движение к мячу №3.

Берет мяч №3 и, используя ведение левой рукой, движется к фишке №2 и обводит ее с левой стороны, далее – переводит мяч на правую руку и ведет мяч к фишке №3 и обводит ее с правой стороны, далее – переводит мяч на левую руку и ведет мяч к фишке №4 и обводит ее с левой стороны, продолжает движение, не меняя ведения к центральному кругу, обводит его и движется к точке штрафного броска щита №1. Выполняет бросок мяча в кольцо с линии штрафного броска и бежит на другую сторону баскетбольной площадки к мячу №4.

Берет мяч №4 и, используя ведение правой рукой, движется к фишке №5 и обводит ее с правой стороны, далее – переводит мяч на левую руку, ведет мяч к фишке №6 и обводит ее с левой стороны, далее – переводит мяч на правую руку и ведет мяч к фишке №4 и обводит ее с правой стороны, далее двигается вдоль линии трехочкового броска, выполняя ведение правой рукой до точки броска №2, откуда выполняет бросок в кольцо с линии трехочкового броска.

После этого бежит к мячу №5 и выполняет штрафной бросок (рисунок 1).



Приложение 6.

Заявление участника олимпиады по физической культуре
на апелляцию Председателю жюри школьного этапа
Всероссийской олимпиады школьников по физической культуре

ученика ____класса
_____ (полное название образовательного учреждения)
_____ (фамилия, имя, отчество)

Заявление

Прошу Вас пересмотреть мою работу, выполненную в на

(указывается олимпиадное задание), так как я не согласен с выставленными мне баллами. (Участник Олимпиады далее подробно обосновывает свое заявление и пишет, с чем именно он не согласен.)

_____
_____
_____
_____
_____
_____

_____ _____

Дата Подпись

Приложение 7.

Протокол № ___ от_____

Заседания апелляционной комиссии по итогам проведения апелляции участника школьного этапа всероссийской олимпиады школьников по физической культуре

_____

(Ф.И.О. полностью)

Ученика_____класса _____

(полное название образовательного учреждения)

Место проведения

_____

(школа, муниципалитет, субъект федерации, город)

Дата и время _____

Присутствуют члены жюри (список членов жюри с указанием: а) Ф.И.О. - полностью, б) занимаемая должность, в) научное звание). Члены Оргкомитета (указываются Ф.И.О. полностью).

Краткая запись разъяснений членов Жюри (по сути апелляции)

_____

Результат апелляции:

1) оценка, выставленная участнику Олимпиады, оставлена без изменения;
2) оценка, выставленная участнику Олимпиады, изменена на _____.

С результатом апелляции согласен (не согласен) _____ (подпись заявителя).

Председатель жюри _____ _____

ФИО Подпись

Члены жюри _____

ФИО Подпись

Члены Оргкомитета_____

Приложение 8.

Образец протокола по практическому туру олимпиады – Баскетбол

*Протокол Олимпиады по физической культуре (**БАСКЕТБОЛ**) 5 класс /девочки /*

дата _____.

№	Ф.И.О.	класс	Технические элементы/ сбавки за штраф				Время выполнения упражнения	Итоговое время с учетом штрафов	ИТОГО по формуле баллов
			Техническое нарушение правил (касание фишки мячом или ногой, пробежка) ***(штраф 1 сек.)***	*Обвод фишек* ***(штраф 3 сек. за каждую фишку)***	*Бросок мяча с остановкой прыжком (не попадание)* ***-штраф 5 сек.)***	*Общее кол-во штрафного времени*			

Подпись членов жюри, расшифровка

Приложение 9.

Образец технического протокола по гимнастике

Образец технического протокола по гимнастике 8 класс девушки дата_____

№ п/п	Фамилия, имя	Технические элементы и их стоимость согласно заданию					Итого баллов с учетом сбавок	Итого баллов по формуле
		1 связка… Кол-во баллов за каждый элемент	2 связка…	И т.д.				

Подпись членов жюри, расшифровка

Приложение 10. Образец сводного протокола по олимпиаде *(рабочий протокол)*

№ п/п	Фамилия, имя	класс	Количество балов			Общая сумма балов	Результат
			теория	баскетбол	гимнастика		
							Победитель
							Призёр
							…….
							…….
							Участник

Приложение 11. Образец итогового протокола школьного этапа олимпиады

Протокол
проведения школьного тура
Всероссийской олимпиады школьников

по физической культуре (пол)
(наименование предмета)
дата проведения « ___» октября 2021 г.
Максимальное количество баллов ____100___

№ п/п	Ф.И.О. участника	класс	Количество баллов	Результат	Ф.И.О. учителя

Общее количество участников_____

Количество победителей_____

Количество призеров _____

Выводы и предложения:

_____

_____

Руководитель кафедры_____