

**Требования к организации и проведению школьного этапа всероссийской
олимпиады школьников по физической культуре (теоретического тура)
в 2024/25 учебном году 5 - 6, 7 - 8, 9 - 11 классы**

Введение

Настоящие требования организации и проведению школьного этапа всероссийской олимпиады школьников (далее – олимпиада) по физической культуре составлены в соответствии с Порядком проведения всероссийской олимпиады школьников, утвержденным приказом Министерства просвещения РФ от 27 ноября 2020 г. № 678 «Об утверждении Порядка проведения всероссийской олимпиады школьников».

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

Задачи олимпиады: выявление одаренных и талантливых школьников для последующей поддержки и развития их способностей; формирование и развитие у обучающихся мотивационного интереса к физкультурно-спортивной деятельности и здоровому образу жизни.

Дополнительную информацию по представленным методическим материалам можно получить по электронной почте, обратившись по адресу: **nnch01@mail.ru** в центральную предметно-методическую комиссию (далее – ЦПМК) всероссийской олимпиады школьников по физической культуре.

Комплекты олимпиадных заданий школьного этапа сформированы 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. В этих же группах определяются победители и призёры школьного этапа.

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

I. Теоретико-методическое испытание

Теоретико-методическое испытание является обязательным и заключается в решении заданий в тестовой форме. Продолжительность теоретико-методического испытания для всех групп участников – 1 академический час (45 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.

В содержание теоретико-методического испытания школьного этапа олимпиады включены вопросы по следующим разделам:

1. Культурно-исторические основы физической культуры и спорта, олимпийского движения.
2. Основные понятия физической культуры и спорта.
3. Педагогический характер и специфическая направленность процесса 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 должен 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. Правильными являются те, которые наиболее полно соответствуют 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-кресворды*.

З. *Задания-задачи*.

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
- бланк заданий;
- бланк ответов
- критерии и методика оценивания выполненных олимпиадных.

Примеры теоретико-методических заданий различных типов :

А. Задания в закрытой форме с выбором одного правильного ответа.

Например. *Факел олимпийского огня современных игр зажигается...*

- а. Афинах; б. в Олимпии;
- в. в Спарте; г. у горы Олимп.

Правильный ответ: г

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

Задания в закрытой форме с выбором нескольких правильных ответов.

Например. *В группу координационных способностей НЕ включается способность...*

- а. выполнять движения в максимальном темпе;
- б. выполнять физические упражнения с большой амплитудой;
- в. сохранять равновесие;
- г. точно дозировать величину мышечных усилий.

Правильный ответ: а, б.

Критерии и методика оценивания: полный правильный ответ оценивается в 1,0 балл, неправильный – 0 баллов. Если в ответе содержится *хотя бы одна неверная* позиция, ответ считается неверным. Ответ с исправлениями оценивается как неверный.

Б. Задания в открытой форме.

Например. *Прибор, определяющий силу кисти называется...*

Правильный ответ: динамометр.

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

В. Задания на соответствие (сопоставление) понятий и определений.

Например. *Установите соответствие между нарушениями в состоянии здоровья спортсменов и международными спортивными соревнованиями, в которых они имеют право выступать. Ответ буквами запишите в бланк ответов.*

	Отклонения в состоянии здоровья		Международные соревнования
1	Нарушения зрения	А	Олимпийские игры
2	Нарушения интеллекта	Б	Паралимпийские игры
3	Нарушения опорно-двигательного аппарата	В	Специальная олимпиада
4	Нарушения органов слуха	Г	Сурдлимпийские игры

Правильный ответ: 1 – Б; 2 – Б, В; 3 – В; 4 – Г.

Критерии и методика оценивания: каждая верно указанная позиция оценивается в 0,5 баллов, неправильная – 0 баллов. Ответы с зачеркиваниями исправлениями оцениваются как неверные. Максимальная оценка за ответ – 2,0 балла.

Г. Задания процессуального или алгоритмического толка.

Например. *Определите последовательность технических элементов при выполнении удара ногой по мячу в футболе. Ответ цифрами запишите в бланк ответов.*

1. замах ударной и постановка опорной ноги;
2. принятие положения для последующего движения;
3. разбег;
4. ударное движение и проводка.

Правильный ответ: 3 1 4 2.

Критерии и методика оценивания: Ответ, в котором содержится правильно установленная последовательность оценивается в 2,0 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 в форме, предполагающей перечисление известных фактов, характеристик и т.п.

Например. Назовите вид спорта, имя и фамилию спортсмена, который зажигал огонь Игр XXII Олимпиады.

Правильный ответ: баскетбол, Сергей Белов.

Критерии и методика оценивания: Полный верный ответ с указанием вида спорта, правильного написания имени и фамилии оценивается в 3,0 балла. Частично верный ответ («баскетбол» или «Сергей Белов») оценивается в 1,0 балл. Неполный ответ (только имя, только фамилия) оценивается в 0 баллов. Слова, написанные с ошибками, оцениваются как неверный ответ.

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

Например. Напишите в бланке ответов названия снарядов для метания (толкания), указанных на рисунке

					
1	2	3	4	5	6

Правильный ответ: 1. граната; 2. диск; 3. ядро; 4. копье; 5. молот; 6. мяч.

Критерии и методика оценивания: Жюри оценивает каждую, представленную позицию. Каждая правильно указанная позиция оценивается в 1,0 балл, неправильное указание – 0 баллов.

Максимальная оценка за ответ – 6,0

баллов. **Ж. Задание-кроссворд.**

Например. Решите кроссворд,

По горизонтали:

1. Совокупность устойчивых, индивидуальных особенностей личности, складывающихся и проявляющихся в её деятельности, общении и отражающихся в типичных для неё способах поведения.
2. Способность к длительному выполнению какой-либо деятельности без снижения её эффективности.

По вертикали:

3. Спортивный способ плавания, характеризующийся одновременным симметричным движением рук и ног.
4. Привычная поза человека в положении стоя, сидя и во время ходьбы.
5. Состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических недостатков.
6. Переход в упор из вися или более низкого упора.
7. Спортивный способ плавания, характеризующийся попеременными симметричными движениями руками и ногами.

Правильный ответ:

По горизонтали: 1. характер; 2. выносливость.

По вертикали: 3. брасс; 4. осанка; 5. здоровье; 6. подъем; 7. кроль

Критерии и методика оценивания: Жюри оценивает каждую, представленную позицию. Каждая верно указанная позиция оценивается в 1,0 балл, неправильная – 0 баллов. Ответы с ошибками в написании слов, зачеркиваниями и исправлениями оцениваются как неверный ответ. Максимальная оценка за задание-кроссворд - 7,0 баллов. **3. Задание-задача.**

Например. *Решите задачу.*

Сергей обучается в 10 классе и занимается в детско-юношеской спортивной школе баскетболом. Его рост 179 см, масса тела 55 кг. Рассчитайте весоростовой индекс (ВРИ) Сергея, результат округлите до целых единиц. Формулу, все расчеты и ответ запишите в бланк ответов.

Правильный ответ: Решение.

$$\text{ВРИ} = \frac{\text{Масса тела (г)}}{\text{Рост (см)}} \qquad \text{ВРИ} = \frac{55000}{179} = 307$$

Ответ: весоростовой индекс Сергея равен 307 г/см.

Критерии оценивания и количество баллов: Полный верный ответ с записью формулы с указанием единиц измерений, расчета и полного ответа оценивается в 5,0 баллов.

Верная запись формулы, правильного решения, но отсутствие полного ответа с указанием единиц измерения и пояснения (только цифра) оценивается в 3,0 балла.

Верная запись формулы, правильного решения, но ошибка в расчетах оценивается в 1,0 балл. Запись неверной формулы и/или отсутствие решения при верном ответе оценивается в 0 баллов. Максимальная оценка за задание-задачу - 5,0 баллов.

II. Практический тур

Гимнастика

Испытания девушек и юношей проводятся в виде выполнения акробатического упражнения, которое имеет обязательный характер.

В случае изменения установленной последовательности элементов упражнение не оценивается, и участник получает 0,0 баллов.

Если участник не сумел выполнить какой-либо элемент, оценка снижается на указанную в программе его стоимость.

Упражнение должно иметь четко выраженное начало и окончание, выполняться со сменой направления, динамично, слитно, без неоправданных пауз. Фиксация статических элементов ("держать") 2 секунды.

Судьи оценивают качество выполнения упражнения в сравнении с идеально возможным вариантом, учитывая требования к технике исполнения отдельных элементов.

При выставлении оценки за исполнение каждый из судей вычитает из **10,0** баллов сбавки, допущенные участником при выполнении элементов и соединений.

Окончательная оценка максимально может быть равна **10,0** баллов.

Основные сбавки за нарушения техники выполнения отдельных элементов

№	Ошибки исполнения	Сбавки
1	Сильное, до неузнаваемости, искажение элемента	– стоимость элемента
2	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 пяти секунд	Упражнение прекращается, и оценивается его выполненная часть
5	Фиксация статического положения, указанного как «держать», менее двух 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

Гимнастика 5-6 класс

(девочки)

№ п/п	Упражнение	Стоимость
	И.п. – о. с., боком по направлению движения	
1	Упор присев – перекаат вправо (влево) согнувшись ноги врозь в сед на пятках – перекаат вправо (влево) согнувшись ноги врозь в упор присев – прыжок вверх с поворотом направо (налево) на 90° – кувырок вперёд	1,0 + 1,0 + 0,5 + 1,0
2	Перекаат назад в группировке в стойку на лопатках, держать – перекаат вперёд в сед согнув ноги – сед углом, держать – лечь на спину, согнуть руки и ноги	1,0 + 1,0
3	Выпрямляя руки и ноги, встать в мост, держать – согнуть руки и ноги, лечь на спину – выпрямить ноги, руки вверх, обозначить – группировка, лёжа на спине, обозначить – выпрямляя ноги, сед с наклоном вперёд, руки вверх, держать	1,0 + 0,5 + 0,5
4	Кувырок назад	1,5
5	Прыжок вверх прогнувшись, ноги врозь, руки вверх	1,0

(мальчики)

№ п/п	Упражнение	Стоимость
	И.п. – о. с., боком по направлению движения	
1	Упор присев – перекат вправо (влево) в группировке упор присев – перекат вправо (влево) согнувшись ноги врозь в упор присев – прыжок вверх с поворотом направо (налево) на 90° – кувырок вперёд	1,0 + 1,0 + 0,5 + 1,0
2	Перека́т назад в группировке в стойку на лопатках, держать – перека́т вперёд в сед согнув ноги – сед углом, держать – поворот направо (налево) кругом в сед на пятках, обозначить – упор присев	1,0 + 1,0 + 0,5
3	Прыжком ногами назад, упор лёжа – согнуть и выпрямить руки, отжимание – прыжком ногами к рукам, упор присев	1,5
4	Кувырок назад	1,5
5	Прыжок вверх прогнувшись, ноги врозь, руки вверх	1,0

Гимнастика 7-8 класс

(девушки)

№	Упражнение	Стоимость
	И. п. – упор присев	
1	Кувырок вперёд – встать, правую (левую) вперёд на носок, руки в стороны, согнуть правую (левую) вперёд – руки вверх – руки в стороны – приставить правую (левую) в упор присев	1,0 + 1,0
2	Перека́т назад в группировке в стойку на лопатках без помощи рук, держать – сгибаясь, лечь на спину, руки вверх – согнуть руки и ноги «мост», держать – согнуть руки и ноги, лечь на спину – выпрямить ноги, руки вверх	1,0 + 1,5
3	Сгибаясь, сед согнув ноги – сед углом, держать – опустить прямые ноги в сед с наклоном вперёд, руки вверх, обозначить – кувырок назад согнувшись в упор присев – кувырок назад	1,0 + 1,0 + 1,0
4	Встать, махом одной, толчком другой переворот в сторону («колесо») в стойку ноги врозь, руки в стороны и, приставляя правую (левую) с поворотом направо (налево), упор присев	1,5
5	Прыжок вверх с поворотом на 180°	1,0

(юноши)

№	Упражнение	Стоимость
	И. п. – упор присев	
1	Толчком, сгибая ноги, стойка на голове и руках, держать – опуститься в упор присев	1,5
2	Встать, в стойку, руки вверх – махом одной, толчком другой переверот в сторону («колесо») в стойку ноги врозь, руки в стороны – встать на левую (правую), правую (левую) в сторону на носок	1,0
3	Фронтальное равновесие (пятка поднятой ноги не ниже 45°), держать – приставить правую (левую) с поворотом направо (налево) в полуприсед с полунаклоном вперёд, руки назад-книзу – кувырок вперёд – прыжком в широкую стойку ноги врозь, руки в стороны – кувырок вперёд в стойку на лопатках, держать	1,0 + 1,0 + 1,5
4	Перекат вперёд в сед с наклоном вперед, ладони на полу по обеим сторонам от ступней ног, держать – кувырок назад согнувшись в упор присев – кувырок назад	1,0+ 1,0 + 1,0
5	Прыжок вверх с поворотом на 180°	1,0

Гимнастика 9-11 класс

(девушки)

№	Упражнение	Стоимость
	И. п. – о. с.	
1	Равновесие на правой (левой), руки в стороны, держать – кувырок вперёд в упор присев скрестно и поворот кругом – кувырок назад – прыжок вверх с поворотом на 180°	1,0 + 0,5 + 1,0
2	Прыжком стойка ноги врозь, руки вверх наклоном назад, опускание в мост, держать – поворот направо (налево) кругом в упор присев – перекал назад в стойку на лопатках, держать	1,0 + 0,5 + 0,5
3	Перекал вперёд в сед в группировке – сед углом, руки в стороны, держать – поворот направо (налево) кругом в положение лёжа на животе прогнувшись «лодочка», руки в стороны, обозначить	1,0 + 0,5

4	Упор присев, встать – махом одной, толчком другой переворот вправо (влево) в стойку ноги врозь («колесо») – махом одной, толчком другой переворот вправо (влево) в стойку ноги врозь	1,0 + 1,0
5	Поворот направо (налево), приставить левую (правую) в полуприсед с полунаклоном вперёд, руки назад-книзу – кувырок вперёд прыжком – прыжок вверх с поворотом на 360°	1,0 + 1,0

(юноши)

№	Упражнение	Стоимость
	И. п. – о.с.	
1	Шагом одной, равновесие на правой (левой), руки в стороны, держать – приставить правую (левую) в упор присев – кувырок вперёд – силой, сгибая ноги, стойка на голове и руках, держать – опуститься в упор присев	1,0 + 0,5 + 1,0
2	Кувырок назад – кувырок назад в упор стоя согнувшись с выпрямлением в стойку, руки вверх	0,5 + 1,0
3	Прыжком, широкая стойка ноги врозь, руки в стороны – наклон прогнувшись, обозначить – кувырок вперёд в стойку на лопатках, обозначить – стойка на лопатках без помощи рук, держать – перекат вперёд в упор присев	1,0 + 1,0
4	Встать – махом одной, толчком другой переворот вправо(влево) в стойку ноги врозь («колесо») – махом одной, толчком другой переворот вправо (влево) в стойку ног врозь	1,0 + 1,0
5	Кувырок вперёд прыжком – прыжок вверх с поворотом на 360°	1,0 + 1,0

КОМПЛЕКСНОЕ УПРАЖНЕНИЕ (БАСКЕТБОЛ, ФУТБОЛ)

5- 6 класс

Последовательность выполнения упражнений «Комплексное испытание»

№	Содержание упражнений	Требования к выполнению	Оборудование и инвентарь	Примечания /штрафы
1	Баскетбол	<p>Участник находится за линией старта. По команде судьи участник бежит к баскетбольному мячу и начинает обходить стойку № 1 с правой стороны и ведёт мяч к стойке № 2. Обводит её с левой стороны, затем ведёт мяч к стойке № 3. Обводит её с правой стороны и ведёт мяч кратчайшим путём к зоне остановки № 1, выполняет остановку прыжком и оставляет мяч в зоне</p>	<p>Баскетбольный мяч, расположенный на расстоянии 1 м от линии старта. 3 стойки, расположенные в 6 м друг от друга, стойки № 1 и № 3 смещены на 4 метра от центра. Стойка № 2 смещена относительно центра на 2 м. Линия старта 2 м расположена на расстоянии 3 м от стойки № 1 (согласно схеме). Мяч ведётся дальней рукой по отношению к стойке. Размер баскетбольного мяча для выполнения задания: мальчики и девочки – № 5. Зона остановки участника с мячом № 1 размером 1 × 1 м расположена на расстоянии 3 м от стойки № 3 (согласно схеме)</p>	<p>– оставление мяча вне зоны + 5 с; – нет остановки, остановка неуказанным способом, остановка вне зоны + 5 с; – обводка стойки не с той стороны + 5 с; – пропуск обводки одной из стоек + 5 с; – сбивание или задевание стойки + 3 с; – нарушение правил в технике ведения мяча (пробежка, пронос мяча, двойное ведение и т. д.) + 3 с; – невыполнение задания + 180 с</p>

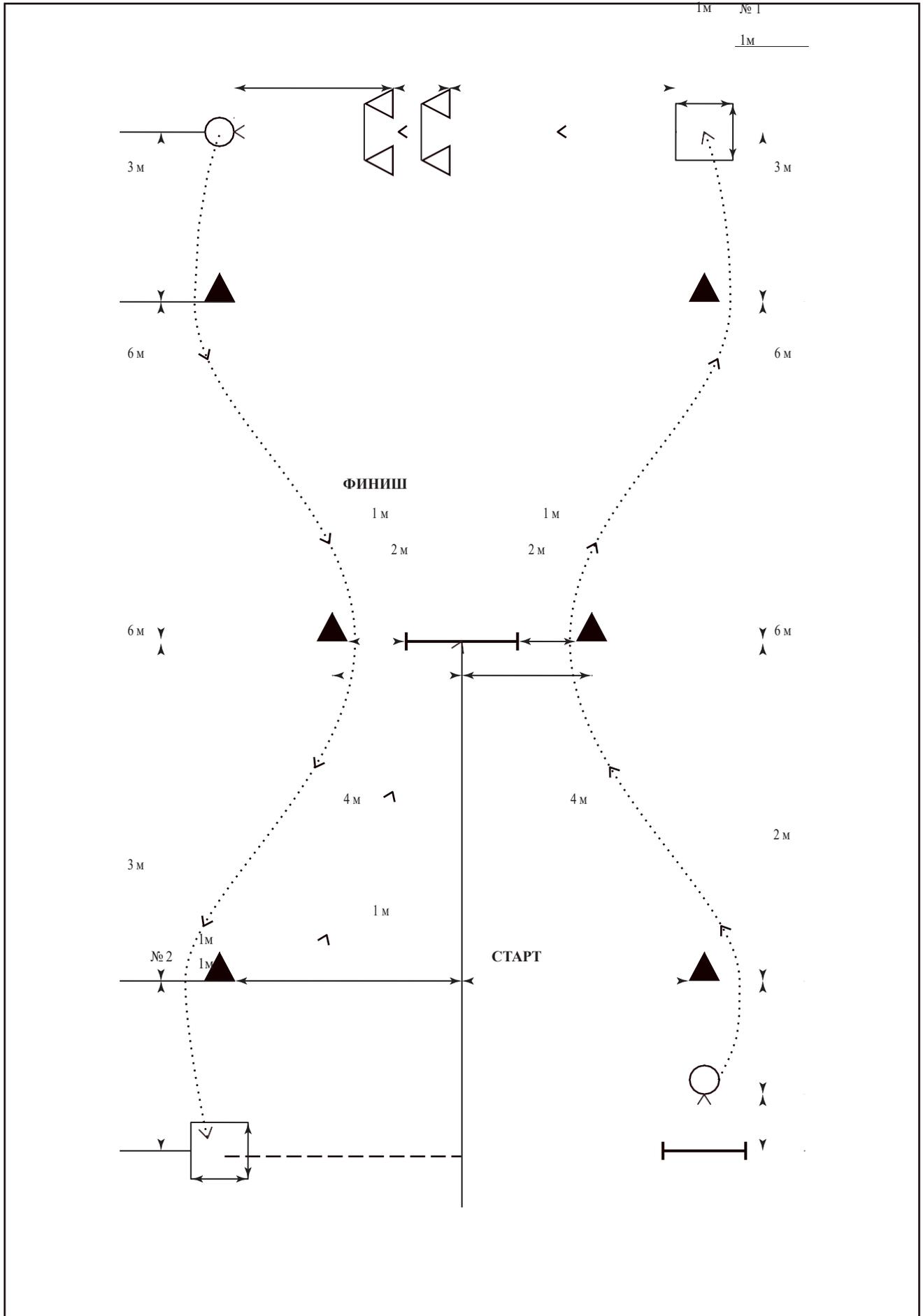
№	Содержание упражнений	Требования к выполнению	Оборудование и инвентарь	Примечания/штрафы
2	Перешагивание через барьеры	После остановки и оставления мяча в зоне участник кратчайшим путём перемещается к барьерам. Первый барьер перешагивает лицом вперёд правой ногой, затем второй барьер левой ногой. Далее кратчайшим путём перемещается к футбольному мячу	2 барьера. Барьер – 2 конуса и вставленная гимнастическая палка длиной 1 м на высоте 35 см. Расстояние между барьерами 50 см. Барьеры смещены по отношению зоны остановки № 1 на 4 метра к центру (согласно схеме)	<ul style="list-style-type: none"> – перешагивание барьера не той ногой + 5 с; – пропуск перешагивания одного из барьеров + 5 с; – сбивание или задевание барьера + 3 с; – невыполнение задания + 180 с
3	Футбол	Подбежав к футбольному мячу, участник начинает обводить стойку № 4 с правой стороны и ведёт мяч к стойке № 5. Обводит её с левой стороны, затем ведёт мяч к стойке № 6. Обводит её с правой стороны. Далее ведёт мяч кратчайшим путём к зоне остановки № 2. Останавливает мяч в зоне и кратчайшим путём пересекает линию финиша	Футбольный мяч расположен на расстоянии 3 м от барьера № 2 (согласно схеме). 3 стойки, расположенные в 6 м друг от друга, стойки № 4 и № 6 смещены на 4 м от центра. Стойка № 5 смещена относительно центра на 2 метра. Зона остановки мяча № 2 размером 1 × 1 м расположена на расстоянии 3 м от стойки № 6 (согласно схеме). Линия финиша расположена между стойками № 2 и № 5 и смещена относительно них на 1 м (согласно схеме)	<ul style="list-style-type: none"> – сбивание или задевание стойки + 3 с; – обводка стойки не с той стороны + 5 с; – пропуск обводки одной из стоек + 5 с; – остановка мяча вне указанной зоны + 5 с; – нет остановки мяча + 5 с; – невыполнение задания + 180 с

СХЕМА ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП
5-6 классы

3 м

0.5 м

4 м



КОМПЛЕКСНОЕ УПРАЖНЕНИЕ (БАСКЕТБОЛ, ФУТБОЛ)

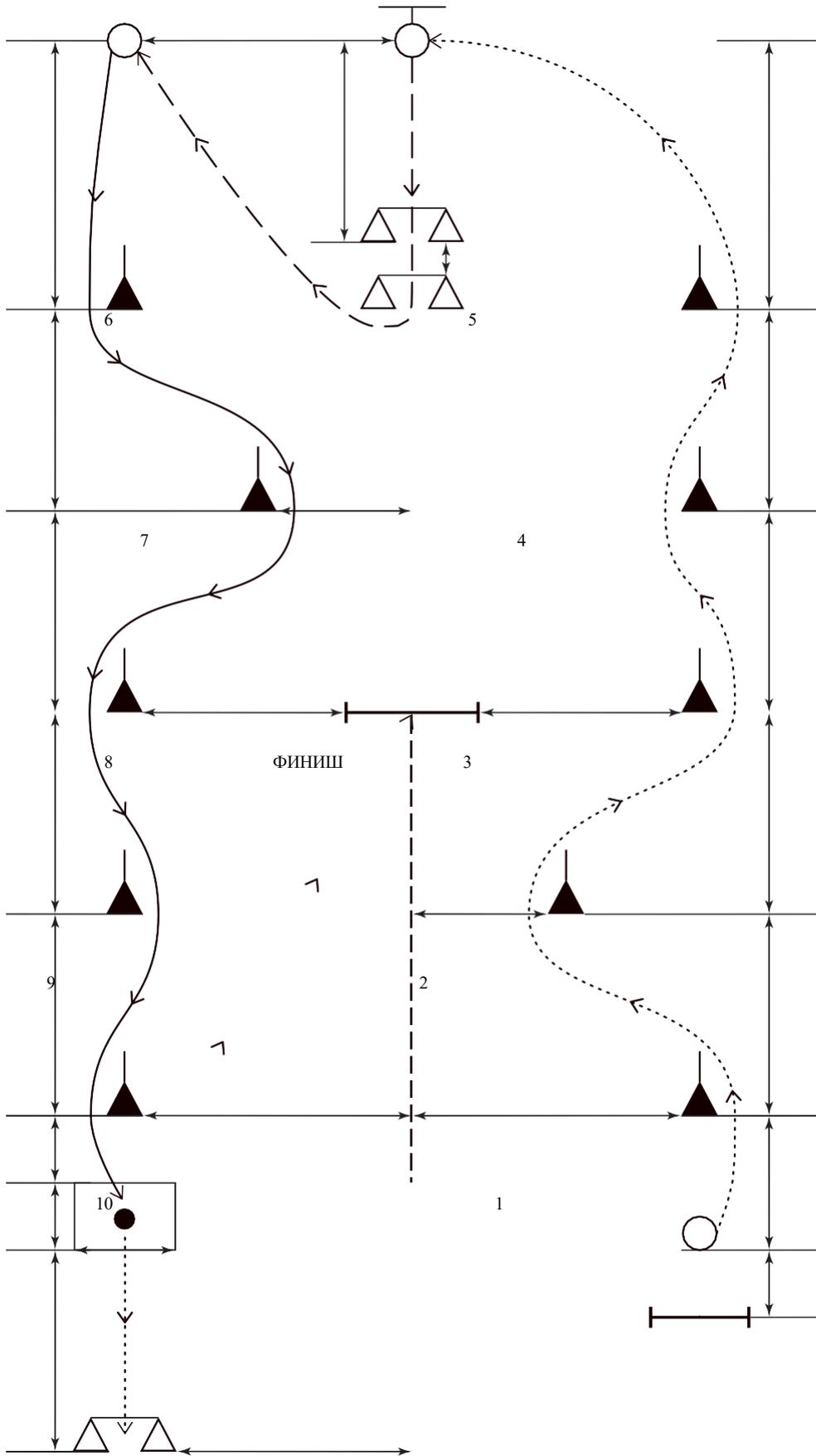
7- 8 класс

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 ведёт мяч к кольцу и выполняет бросок в кольцо любым способом</p>	<p>Баскетбольный мяч, расположенный на расстоянии 1 м от линии старта. 5 стоек, расположенные последовательно в 3 м друг от друга. Стойки № 1, № 3, № 4, № 5 смещены на 4 м от центра. Стойка № 2 смещена на 2 м от центра(согласно схеме). Линия старта 2 м расположена на расстоянии 3 м от стойки № 1 (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: мальчики и девочки – № 6</p>	<p>– непопадание в кольцо + 5 с; – обводка стойки не с той стороны + 5 с; – пропуск обводки одной из стоек + 5 с; – сбивание или задевание стойки + 3 с; – нарушение правил в технике ведения мяча (пробежка, пронос мяча, двойное ведение и т. д.) + 3 с; – невыполнение задания + 180 с</p>

№	Содержание упражнений	Требования к выполнению	Оборудование и инвентарь	Примечания
2	Перепрыгивание через барьеры	<p>После броска мяча в кольцо, участник кратчайшим путём перемещается к барьерам. Преодолеывает барьеры прыжком на двух ногах, лицом 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>	<ul style="list-style-type: none"> – преодоление барьеров тем способом + 5 с; – пропуск преодоления одного из барьеров + 5 с; – сбивание или задевание барьера + 3 с; – невыполнение задания + 180 с
3	Футбол	<p>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</p>	<p>Футбольный мяч расположен на расстоянии 4 м от проекции центра баскетбольного кольца (согласно схеме). 5 стоек ставятся последовательно на расстоянии 3 м друг от друга. Стойки № 6, № 8, № 9, № 10 смещены на 4 м от центра. Стойка № 7 смещена на 2 м от центра (согласно схеме). Стойка № 6 расположена на расстоянии 4 м от футбольного мяча. 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 3,5 м от центра (согласно схеме). Линия финиша расположена между стойками № 3 и № 8 и смещена относительно них на 3 м (согласно схеме)</p>	<ul style="list-style-type: none"> – сбивание или задевание стойки + 3 с; – обводка стойки не с той стороны + 5 с; – пропуск обводки одной из стоек + 5 с; – удар вне зоны + 5 с; – нет остановки мяча + 5 с; – непопадание в ворота + 5 с; – невыполнение задания + 180 с

СХЕМА ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП
7-8 классы



СТАРТ

КОМПЛЕКСНОЕ УПРАЖНЕНИЕ (БАСКЕТБОЛ, ФУТБОЛ)

9- 11 класс

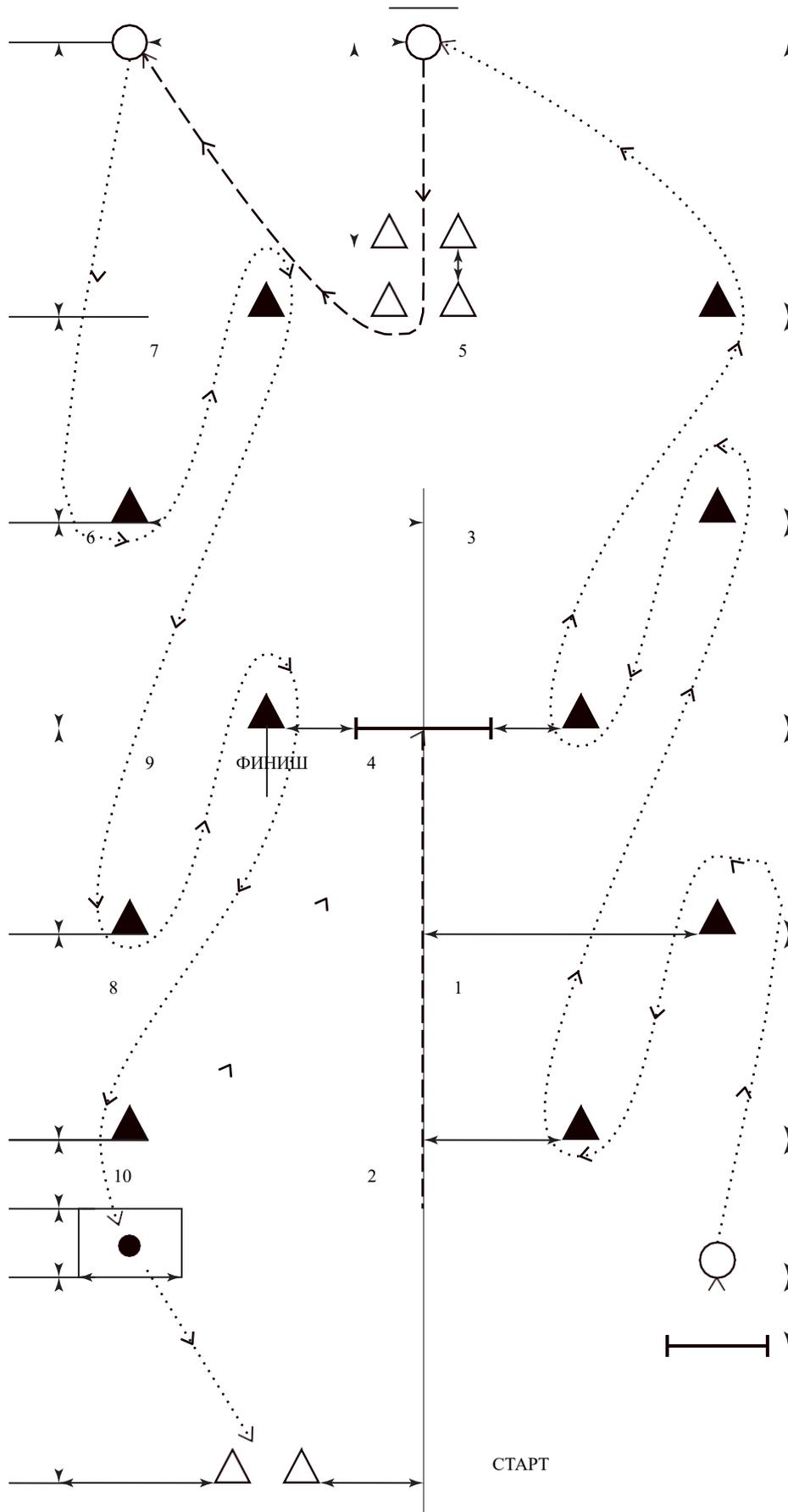
Последовательность выполнения упражнений «Комплексное испытание»

№	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 + 5 с; – выполнение броска, не используя двушажную технику + 5 с; – бросок выполнен не той рукой + 5 с; – обводка стойки не с той стороны + 5 с; – пропуск обводки одной из стоек + 5 с; – сбивание или задевание стойки + 3 с; – нарушение правил в технике ведения мяча (пробежка, пронос мяча, двойное ведение и т. д.) + 3 с; – невыполнение задания + 180 с</p>

2	Перепрыгивание через барьеры	<p>После броска мяча в кольцо, участник кратчайшим путём перемещается к барьерам. Преодолеывает 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>	<ul style="list-style-type: none"> – преодоление барьеров не тем способом, не тем боком + 5 с; – пропуск преодоления одного из барьеров + 5 с; – сбивание или задевание барьера + 3 с; – невыполнение задания + 180 с
---	------------------------------	--	---	---

№	Содержание упражнений	Требования к выполнению	Оборудование и инвентарь	Примечания
3	Футбол	<p>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</p>	<p>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)</p>	<ul style="list-style-type: none"> – сбивание или задевание стойки + 3 с; – обводка стойки не с той стороны + 5 с; – пропуск обводки одной из стоек + 5 с; – удар вне зоны + 5 с; – нет остановки мяча + 5 с; – непопадание в ворота + 5 с; – невыполнение задания + 180 с

СХЕМА ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП
9–11 классы



Определение победителей и призеров.

Для определения победителей и призеров олимпиады, а также общего рейтинга участников олимпиады, используется 100-бальная система оценки результатов участниками олимпиады. То есть, максимально возможное количество баллов, которое может набрать участник за оба тура олимпиады, составляет 100 баллов.

Максимальный балл участника (100 баллов) состоит из суммы баллов полученных на теоретической части и практических заданий:

Для всех групп: Теория – 20 баллов, Гимнастика – 40 баллов, игровые виды спорта – 40 баллов

Итоги каждого испытания оцениваются по формулам:

$$X_i = K \cdot N_i / M \quad (1)$$

$$X_i = K \cdot M / N_i \quad (2)$$

где X_i – «зачетный» балл i -го участника

K – максимально возможный «зачетный» балл в конкретном задании (по регламенту – 40);

N_i – результат i участника в конкретном задании;

M – максимально возможный или лучший результат в конкретном задании.

«Зачетный» балл по гимнастике (акробатике), рассчитывается по формуле(1), Например, при $N_i=8,7$ баллов (личный результат участника), $M=9,5$ баллов (наилучший результат из показанных в испытании) и $K=40$ (установлен предметной комиссией) получаем: $40 \cdot 8,7 / 9,5 = 36,63$ балла.

Участник, набравший максимальное количество баллов за испытание по гимнастике (акробатике) (в данном примере – 9,5), получает максимальное количество «зачетных» баллов в практическом испытании по разделу «Гимнастика» среди 7-8 кл (в данном примере – 40).

Расчет «зачетных» баллов участника по спортивным играм, проводится по формуле (2), так как лучший результат в этих испытаниях в абсолютном значении меньше результата любого другого участника.

Например, при $N_i=53,7$ сек. (личный результат участника), $M=44,1$ сек. (наилучший результат из показанных в испытании) и $K=40$ (установлен предметной комиссией) получаем: $40 \cdot 44,1/53,7=32,84$ балла.

Таким образом, за лучший результат в испытаниях по легкой атлетике, спортивным играм, прикладной физической культуре (в данном примере - 44,1 сек.) участник получает максимальный «зачетный» балл (в данном примере – 40).

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 «зачетных» баллов по итогам всех испытаний, является победителем. В случае равных результатов у нескольких участников, победителями признаются все участники, набравшие одинаковое количество «зачетных» 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.

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

Для определения лучших участников в каждом конкурсном испытании результаты ранжируются.

Личное место участника в общем зачёте определяется по сумме «зачётных» 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 призёров, 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 призёры. Не допускается подведение итогов школьного этапа всероссийской олимпиады школьников по физической культуре на основании сопоставления результатов участников из различных образовательных организаций.

Организатор школьного этапа утверждает результаты (рейтинг победителей и рейтинг призёров) и публикует их на своем официальном сайте в сети Интернет, в том числе протоколы жюри и олимпиадные работы победителей и призёров.

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 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.

26. 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.

27. 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.

28. 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.
13. <https://russwimming.ru/node/15662/> Правила ФИНА по плаванию (2017–2021).