



ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА 2022–2023 уч. г.
МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП. 7–11 КЛАССЫ
ПРАКТИЧЕСКИЙ ТУР. ГИМНАСТИКА

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

1. Участники

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

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

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

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

2. Порядок выступлений

2.1. Испытания девочек и мальчиков проводятся в виде выполнения обязательного акробатического упражнения.

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

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

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

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

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

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

3. Судьи

3.1. Выполнение упражнения оценивается судейской бригадой, состоящей из **3 (трёх) человек**, один из которых выполняет обязанности арбитра.

3.2. Места судей должны быть расположены таким образом, чтобы судьи могли беспрепятственно наблюдать за выступлением участников.

3.3. Судьи должны находиться друг от друга на расстоянии, не позволяющем обмениваться мнениями до выставления оценки.

4. Оценка исполнения упражнений

4.1. При выведении оценки за исполнение каждый судья суммирует сбавки за ошибки, допущенные участником при выполнении элементов и соединений, вычитая их из **10,0** баллов.

4.2. Ошибки исполнения могут быть

– мелкими – **0,1-0,2** балла;

– средними – **0,3-0,4** балла;

– грубыми – **0,5** балла.

5. Окончательная оценка

5.1. При выставлении оценки большая и меньшая из оценок судей отбрасываются, а оставшаяся оценка идёт в зачёт.

5.2. Оценка за исполнение упражнения выставляется арбитром с точностью до **0,1** балла.

5.3. Максимально возможная окончательная оценка – **10,0** баллов.

6. Расхождения между оценками судей

6.1. Расхождение между максимальной и минимальной оценками судей за исполнение не должно превышать **1,0** балла.

6.2. Расхождение между оценкой, идущей в зачёт, и ближней к ней не должно превышать **0,4** балла.

6.3. В случае недопустимого расхождения между оценками судей арбитр собирает бригаду для обсуждения сложившейся ситуации, в результате которого судьи могут изменить свои оценки таким образом, чтобы расхождение стало допустимым.

6.4. Если во время обсуждения судьи не смогли прийти к удовлетворительному решению, то арбитр бригады может использовать свою оценку в качестве базовой для выведения окончательной оценки участника, которая в этом случае будет равна полусумме двух чисел, первое из которых – оценка, «идущая в зачёт», второе – оценка арбитра.

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

№	Упражнение	Стоимость
	И.п. – основная стойка (о.с.), боком по направлению движения	
1	Правую (левую) в сторону на носок, руки в стороны – фронтальное равновесие (пятка поднятой ноги не ниже 45°), держать – приставить правую (левую), махом одной, толчком другой переворот в сторону («колесо») в широкую стойку ноги врозь, руки в стороны	1,0 + 1,5
2	С поворотом налево (направо), приставить правую (левую) в «старт пловца» – кувырок вперёд согнувшись в стойку ноги врозь, руки в стороны – наклон прогнувшись, обозначить – кувырок вперёд в стойку на лопатках, держать	1,0 + 1,5
3	Сгибаясь, лечь на спину, руки вверх – согнуть руки и ноги – выпрямляя руки и ноги, встать в мост, держать – согнуть руки и ноги, лечь на спину – выпрямить ноги, руки вверх	1,5
4	Сгибаясь вперёд, наклон вперёд, руки вверх, обозначить – кувырок назад согнувшись в упор стоя, согнувшись с выпрямлением в основную стойку	0,5 + 1,0
5	«Старт пловца» – прыжок вверх прогнувшись ноги врозь – прыжок вверх с поворотом на 360°	1,0 + 1,0

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

№	Упражнение	Стоимость
	И.п. – о.с.	
1	Шагом правой (левой) вперёд – фронтальное равновесие (пятка поднятой ноги не ниже 45°), руки в стороны, держать	1,0
2	Шагом правой (левой) вперёд – прыжок со сменой прямых ног вперёд «ножницы» – приставляя правую (левую), кувырок вперёд прыжком – кувырок вперёд согнувшись в стойку ноги врозь, руки в стороны	1,0 + 1,5 + 1,0
3	Прыжком, упор присев, кувырок назад – перекаат назад в стойку на лопатках без помощи рук, держать – перекаат вперёд в упор присев	0,5 + 1,0
4	Толчком, стойка на голове и руках, держать – опуститься в упор присев скрестно правой (левой), поворот налево (направо) кругом – выпрямляя ноги, наклон вперёд, держать – выпрямиться, руки вверх	1,0 + 0,5
5	Махом одной, толчком другой переворот в сторону («колесо») и, приставляя ногу, повернуться направо (налево) лицом по направлению движения – «старт пловца» – прыжок вверх в группировке – прыжок вверх прогнувшись, ноги врозь	1,0 + 1,0 + 0,5

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

№	Упражнение	Стоимость
	И.п. – о.с.	
1.	Шагом вперёд переднее равновесие, руки в стороны («ласточка»), держать, приставить правую (левую) в основную стойку	1,0
2.	Шагом одной, прыжок со сменой согнутых ног вперёд («козлик») – приставить правую (левую), упор присев, кувырок вперёд в стойку ноги врозь, с наклоном прогнувшись, руки в стороны, обозначить	0,5 + 0,5
3.	Кувырок вперёд в стойку на лопатках без помощи рук, держать – перекатом вперёд, наклон вперёд, держать – кувырок назад в упор стоя согнувшись, кувырок назад согнувшись с выпрямлением в стойку, руки в стороны	1,0 + 0,5 + +0,5 + 0,5
4.	Шагом одной, прыжок со сменой прямых ног вперёд («ножницы»), приставить правую (левую), стойка, руки вверх – махом одной, толчком другой два переворота в сторону (колеса) в широкую стойку ноги врозь, руки в стороны – поворот направо (налево) в широкую стойку ноги врозь, руки вверх	0,5 + 0,5 + + 0,5
5.	Наклоном назад, встать в мост, держать – поворот направо (налево) кругом в упор присев – перекаат назад в группировке и перекаатом вперёд, сед согнув ноги – сед углом, руки в стороны, держать – перекаат назад в группировке и перекаатом вперёд, упор присев	1,0 + 0,5 + + 1,0
6.	Кувырок вперёд прыжком и прыжок вверх с поворотом на 360°	1,0 + 0,5

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

№	Упражнение	Стоимость
	И.п. – о.с.	
1	Шагом правой (левой) вперёд, левую (правую) в сторону на носок – одноимённый поворот на 360°, свободная нога назад-книзу в стойку ноги врозь, руки в стороны, прыжком – основная стойка	1,0
2	Шагом вперёд переднее равновесие, руки в стороны («ласточка»), держать – приставить правую (левую), «старт пловца»	1,0
3	Кувырок вперёд согнувшись в стойку ноги врозь, руки в стороны – кувырок вперёд в стойку на лопатках без помощи рук, держать	0,5 + 0,5
4	Перекаатом вперёд сед углом, руки в стороны, держать – наклон вперёд, держать – кувырок назад и кувырок назад через стойку на руках, обозначить в стойку на ногах	1,0 + 0,5 + +0,5 + 1,0

5	Силой, согнувшись, стойка на голове и руках – опуститься силой в упор лёжа – прыжком упор присев	1,0 + 0,5
6	Встать руки вверх, махом одной толчком другой два переворота в сторону «колесо», повернуться направо (налево) спиной в направлении движения	0,5 + 0,5
7	Кувырок вперёд прыжком – прыжок вверх с поворотом на 360°	1,0 + 0,5

Таблица 5. Основные сбавки за нарушения техники выполнения отдельных элементов

№	Ошибки исполнения	Сбавки
1	Сильное, до неузнаваемости, искажение элемента	– стоимость элемента
2	Пропуск обязательного элемента	– стоимость элемента
3	Выполнение элементов с неполной амплитудой, недостаточная высота полётной фазы прыжков, искажение рабочей осанки, неточное положение туловища, сгибание и/или разведение рук и ног	– до 0,5 балла
4	Отсутствие слитности, неоправданные задержки между элементами	– до 0,3 балла каждый раз
5	Остановка при выполнении упражнения более 5 секунд	Упражнение прекращается и оценивается его выполненная часть
6	Фиксация статического положения, указанного как «держать», менее 2 секунд	– стоимость элемента
7	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
8	Выход за пределы акробатической дорожки	– 0,5 балла
9	Отсутствие чётко выраженного начала или окончания упражнения	– 0,3 балла
10	Повторное выполнение упражнения после неудачного начала	– 0,5 балла
11	Нарушение требований к спортивной форме	– 0,5 балла с окончательной оценкой

ТЕХНОЛОГИЯ

оценки качества выполнения заданий по гимнастике

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

Итоги испытания оцениваются по формуле:

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

X_i – зачётный балл i -го участника;

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

N_i – результат i -го участника в конкретном задании;

M – максимально возможная окончательная оценка – 10,0 баллов.

Например, результат участника составил 8,0 баллов ($N_i = 8,0$). Максимально возможная окончательная оценка ($M = 10,0$). Согласно настоящим критериям и методике оценивания максимально возможный зачётный балл по данному заданию составляет 40 баллов ($K = 40$). Подставляем в формулу значения N_i , K и M и получаем зачётный балл: $X_i = 40 \cdot 8 : 10,0 = 32,00$ балла.

Зачётные баллы определяются с точностью до десятых долей.