

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ  
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА 2024–2025 уч. г.  
МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП. 9–11 КЛАССЫ

**ПРАКТИЧЕСКИЙ ТУР**

**Комплексное испытание**  
**(спортивные игры, прикладная физическая культура)**  
**Девушки и юноши**

**Регламент задания «Комплексное испытание»**

**1. Руководство испытаниями**

Руководство для проведения испытаний состоит из:

- главного судьи;
- судьи.

**2. Спортивная форма**

2.1. Участники должны быть одеты в спортивные трусы, футболку и кроссовки.

2.2. Во время испытания ношение ювелирных украшений не допускается.

**3. Порядок выступления**

3.1. Для проведения испытаний участники распределяются по сменам в соответствии со стартовым номером.

3.2. Перед началом испытаний должны быть названы: фамилия, имя или стартовый номер каждого участника. После вызова у участника есть 20 с, чтобы начать выполнение упражнения.

3.3. Оценка действий участника начинается с момента принятия исходного положения. Сигналом готовности участника к началу выступления служит поднятая вверх рука. После этого даётся сигнал к началу выполнения испытания.

3.4. Все участники одной смены должны находиться в специально отведённом для них месте. Их поведение не должно мешать другим участникам.

3.5. За нарушения дисциплины или неспортивное поведение главный судья имеет право отстранить участника от участия в испытании.

#### **4. Повторное выступление**

4.1. Выступление участника не может быть начато повторно, за исключением случаев, вызванных непредвиденными обстоятельствами, к которым относятся: поломка оборудования, произошедшая в процессе выступления; неполадки в работе общего оборудования – освещение, задымление помещения и т. п.

4.2. При возникновении указанных выше ситуаций участник должен немедленно прекратить выступление. Если выступление будет завершено, оно будет оценено.

4.3. Только главный судья имеет право разрешить повторное выполнение упражнения. В этом случае участник выполняет своё упражнение сначала, после выступления всех участников.

#### **5. Разминка**

Перед началом выступлений участникам предоставляется разминка из расчёта не более 1 минуты на одного участника.

#### **6. Судьи**

Главный судья определяет состав судейской бригады, оценивающей выступление участников.

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

1. Все задания выполняются (располагаются) строго последовательно, по периметру спортивного зала (рекомендуется  $24 \times 12$  м) на безопасном расстоянии от стены.

2. Основой для разметки выполнения задания «Комплексного испытания» является разметка баскетбольной площадки.

#### **Методика оценивания результатов**

1. Секундомер включается по команде «марш»/свисток перед выполнением первого задания.

2. Остановка секундомера осуществляется в момент, когда мяч коснулся площадки после заключительного броска в кольцо. Время, затраченное на выполнение испытания, определяется с точностью до 0,01 секунды.

3. Результатом является общее время выполнения всех упражнений (в секундах с точностью до сотых долей секунды), включая «штрафные» секунды.

4. Чем меньше времени затрачено на выполнение упражнения, тем выше результат.

5. Невыполнение одного из заданий – штраф 180 секунд.

6. Все участники ранжируются по местам.

**Последовательность выполнения упражнений задания «Комплексное испытание»**

<b>№</b>	<b>Содержание упражнений</b>	<b>Требования к выполнению</b>	<b>Оборудование и инвентарь</b>	<b>Примечания</b>
1	Баскетбол	Участник находится за линией старта. По команде судьи участник 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 по кругу, далее кратчайшим путём ведёт мяч левой рукой к кольцу, выполняет бросок левой рукой в движении используя двушажную технику. Затем участник по кратчайшему пути перемещается к заданию № 2	Линия старта 1,5 м смещена на 3,5 м от проекции баскетбольного щита (согласно схеме). Баскетбольный мяч располагается на расстоянии 1 м от линии старта и смещён на 4 м от центра (согласно схеме). Стойки № 1 и № 2 ставятся последовательно на расстоянии 6 метров и смещены от середины на расстояние 4 м. Стойка № 1 смещена на 2 м от линии старта (согласно схеме). Девушки выполняют задание баскетбольным мячом № 6, юноши № 7	– фальстарт + <b>5 с</b> – нарушение правил в технике ведения мяча (пробежка, пронос мяча, двойное ведение и т. д.) + <b>3 с</b> ; – сбивание или задевание стойки + <b>3 с</b> – непопадание в кольцо + <b>5 с</b> – обводка стойки не с той стороны + <b>5 с</b> – пропуск обводки одной из стоек + <b>5 с</b> – выполнение броска в кольцо не указанным способом + <b>10 с</b> – ведение мяча к кольцу не той рук + <b>30 с</b> – невыполнение задания + <b>180 с</b>
2	Футбол	Подбежав к заданию № 2, участник берёт футбольный мяч и начинает обводить стойку № 3 с правой стороны и ведёт мяч к стойке № 4. Обводит её с левой стороны по кругу, затем ведёт мяч к стойке № 5. Обводит её с правой стороны по кругу, далее ведёт мяч	Футбольный мяч смещён на 11 м от проекции баскетбольного щита и на 4 м от середины (согласно схеме). Стойки № 3, 4, 5 ставятся последовательно	– сбивание или задевание стойки + <b>3 с</b> – обводка стойки не с той стороны + <b>5 с</b> ; – пропуск обводки одной из стоек + <b>5 с</b>

Всероссийская олимпиада школьников. Физическая культура 2024–2025 уч. г.  
Муниципальный этап. Практический тур. Комплексное испытание. 9–11 классы

		к зоне остановки мяча. Останавливает мяч в зоне. Выполнив остановку мяча, участник по кратчайшему пути перемещается к заданию № 3	на расстоянии 2 метров и смещены от центра на расстояние 4 м. Стойка № 3 находится на расстоянии 1 м от футбольного мяча. (согласно схеме). Зона остановки мяча 1 × 1 м, смещена на 4 м от середины и на 3 метра от стойки № 5. Ведение мяча осуществляется любой ногой. Допускается ведение мяча любой стороной стопы. Задание выполняется футбольным мячом № 5	– остановка мяча вне указанной зоны + <b>5 с</b> – нет остановки мяча + <b>5 с</b> – невыполнение задания + <b>180 с</b>
3	Змейка	Подбежав к заданию № 3, участник без остановки оббегает стойку № 6 с правой стороны, затем оббегает с левой стороны стойку № 7. Далее оббегает стойку № 8 с правой стороны и кратчайшим путём перемещается к заданию № 4	Стойки № 6 и № 8 ставятся последовательно на расстоянии 2 метров друг от друга и смещены от проекции баскетбольного щита на 15 м. Стойка № 7 смещена на 12 м от проекции баскетбольного щита (согласно схеме)	– сбивание или задевание стойки + <b>3 с</b> ; – оббегание стойки не с той стороны + <b>5 с</b> ; – пропуск оббегания одной из стоек + <b>5 с</b> ; – невыполнение задания + <b>180 с</b>
4	Барьеры	Подбежав к заданию № 4, участник без остановки преодолевает, перепрыгивая барьеры двумя ногами вместе между каждым барьером. Затем участник	6 барьеров высотой 30 см, два конуса и вставленная в них гимнастическая палка. Барьеры ставятся последовательно	– сбивание или задевание барьера + <b>5 с</b> – пропуск одного из барьеров + <b>5 с</b> – отталкивание/приземление с одной ноги («козлик») + <b>5 с</b> (за каждый)

Всероссийская олимпиада школьников. Физическая культура 2024–2025 уч. г.  
Муниципальный этап. Практический тур. Комплексное испытание. 9–11 классы

		по кратчайшему пути перемещается к заданию № 5	на расстоянии 0,5 м друг от друга и смещены на 4 м от середины, барьер № 1 располагается на расстоянии 17 м от проекции баскетбольного кольца (согласно схеме)	– преодоление барьера не тем способом + <b>10 с</b> – невыполнение задания + <b>180 с</b>
5	Баскетбол	Подбежав к заданию № 5, участник берёт баскетбольный мяч № 2, выполняет ведение к стойке № 9, обводит её с левой стороны и ведёт мяч к стойке № 10. Обводит её с правой стороны, далее кратчайшим путём ведёт мяч правой рукой к кольцу, выполняет бросок правой рукой в движении, используя двушажную технику	Баскетбольный мяч смещён на 4 м от середины и на 12 м от проекции баскетбольного кольца. Стойки № 9, 10 ставятся последовательно на расстоянии 2 м. Стойка № 9 располагается на расстоянии 2 м от баскетбольного мяча (согласно схеме). Девушки выполняют задание баскетбольным мячом № 6, юноши № 7	– нарушение правил в технике ведения мяча (пробежка, пронос мяча, двойное ведение и т. д.) + <b>3 с</b> ; – сбивание или задевание стойки + <b>3 с</b> – непопадание в кольцо + <b>5 с</b> – обводка стойки не с той стороны + <b>5 с</b> – пропуск обводки одной из стоек + <b>5 с</b> – выполнение броска в кольцо не указанным способом + <b>10 с</b> – ведение мяча к кольцу не той рукой + <b>30 с</b> – невыполнение задания + <b>180 с</b>