ТЕКСТЫ ОЛИМПИАДНЫХ ЗАДАНИЙ ДЛЯ РЕГИОНАЛЬНОГО ЭТАПА ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В 2024-2025 УЧЕБНОМ ГОДУ

ПРАКТИЧЕСКИЕ ИСПЫТАНИЯ

2024

ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Задание №1. Бросок баскетбольного мяча в кольцо.

Участник находится возле линии старта лицом к расположенному в 4 м от него возле штрафной линии баскетбольному мячу. По сигналу судьи он начинает движение к мячу, берет его двумя руками и выполняет штрафной бросок в кольцо. После броска участник передвигается к следующему заданию.

Штрафное время:

1. Непопадание в кольцо + 5 сек.
2. Заступание за линию разметки +5 сек.
3. За выполнение броска в кольцо неуказанным способом +5
4. Невыполнение задания + 60 сек.

Задание №2. Прыжки по отметкам

Участник выполняет прыжки по семи обозначенным горизонтальными отметкам на двух ногах, помогая себе активными движениями руками. Первый прыжок выполняется с места до первой линии. Отметки в виде квадратов со сторонами 30 см находятся на расстоянии 40 см друг от друга. Начало и окончание зоны прыжков обозначается линиями с конусами. От первой линии до первой отметки и от последней отметки до второй линии 50 см.

Штрафное время:

1. За перемещение другим способом (прыжки на одной ноге, бег по отметкам и др.) +5 сек за каждое
2. За каждый прыжок мимо отметки (обе ноги оказались вне отметки) +5 сек.
3. За касание (наступание) на первую или вторую линию +5 сек
4. Невыполнение задания + 60 сек.

Задание №3. Ползание

Участник начинает выполнение задания от обозначенного конусами края гимнастического мата из положения упор присев, далее ползком с опорой на локти перемещается по гимнастическом матам к конусу, находящемуся у края мата и обозначающему окончание выполнения задания. После чего встает на ноги и передвигается к следующему заданию. Дистанция передвижения составляет 6 м.

Окончанием выполнения задания участником считается пересечение обозначенной конусом линии плечами.

Штрафное время:

1. За передвижение по матам любым другим способом +20 сек
2. Подъем таза выше линии плеч +20 сек
3. Окончание ползания до конуса +20 сек
4. Невыполнение задания + 60 сек.

Задание №4. Челночный бег с баскетбольным мячом.

Участник берет один баскетбольный мяч, лежащий рядом с обозначенной конусами линией и выполняет его перенос двумя руками к следующей обозначенной линии, мяч устанавливается строго за ней. Расстояние между линиями 7 м. После переноса первого мяча участник возвращается за вторым мячом к первой линии, переносит и кладет его за второй линией. Далее участник перемещается к следующему заданию.

Штрафное время:

1. Потеря мяча во время переноса +5 сек
2. Бросок мяча, перенос одной рукой +5 сек
3. Невыполнение задания + 60 сек.

Задание №5. Удар мячом по воротам.

Участник должен от обозначенной конусами линии выполнить удар по воротам верхом любым способом. Расстояние до ворот 6 м. Далее участник

перемещается в зону выполнения задания №6, находящуюся в 4 м от обозначенной линии задания №5.

Штрафное время:

1. Непопадание в ворота +5 сек
2. Мяч покатился по полу до ворот +5 сек
3. Во время выполнения удара участник пересек обозначенную линию +5 сек
4. Невыполнение задания + 60 сек.

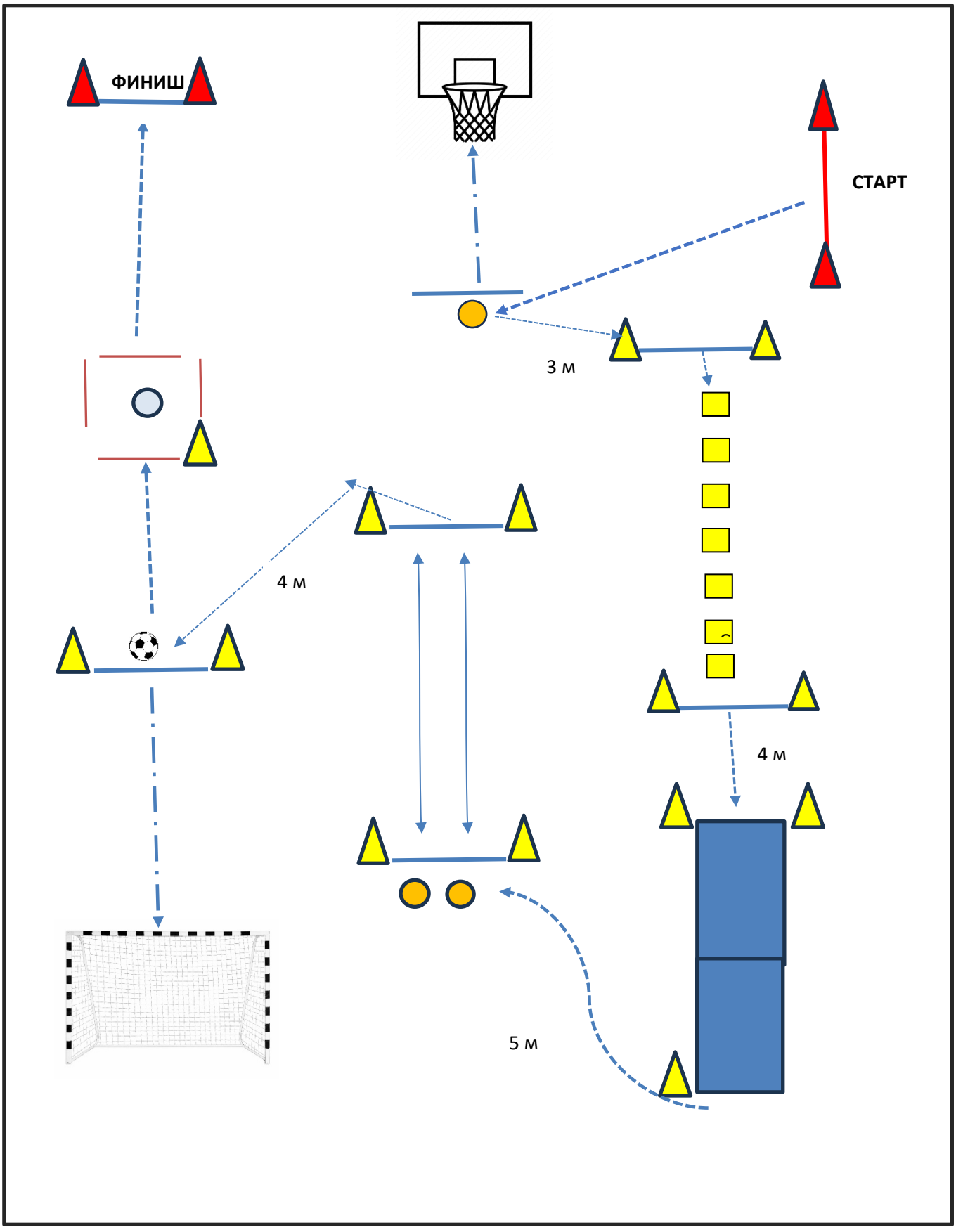
Задание №6. Верхняя передача волейбольным мячом на месте.

Участник берет волейбольный мяч, лежащий в обозначенной конусами зоне (или разметкой на полу), представляющей собой квадрат со сторонами 1,5х 1,5 м, и выполняет 5 верхних передач мяча на месте. После выполнения последней передачи участник должен аккуратно положить мяч в квадрат. Далее участник выполняет передвижение до обозначенной линии финиша, находящейся в 5 м от обозначенного квадрата.

Штрафное время:

1. За каждую потерю мяча (в том числе при ловле после окончания выполнения передач) +5 сек
2. За каждый выход из обозначенной зоны +5 сек
3. За отсутствие фиксации мяча в конце задания +5 сек
4. Невыполнение задания + 60 сек

СХЕМА ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ



ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

Девушки и юноши

Конкурсное испытание в задании «Легкая атлетика» заключается в преодолении девушками дистанции 1000 м и юношами дистанции 2000 м.

Фиксируется время преодоления дистанции.

Тексты заданий разработаны коллективом
Центральной предметно-методической комиссии
Всероссийской олимпиады школьников по предмету
«Физическая культура» под руководством председателя,
доктора педагогических наук, профессора
Н. Н. Чеснокова