

**ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

возрастная группа (9-11 классы)

ПРАКТИЧЕСКИЙ ТУР

ГИМНАСТИКА

Форма участников

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 колен.

Футболки и майки не должны быть надеты поверх шорт, трико или лосин.

Упражнение может выполняться в носках, гимнастических тапочках (чешках) или босиком.

Ювелирные украшения и часы не допускаются.

Нарушение требований к спортивной форме наказывается снижением на 0,5 балла итоговой оценки участника.

Порядок выступлений

Участники выполняют акробатическое упражнение в порядке, определяемым стартовым протоколом.

Для выполнения упражнения участникам предоставляется только одна попытка.

Прежде чем участник начнет свое выступление, должны быть четко объявлены его фамилия и имя. После вызова у участника есть 20 секунд, чтобы начать выполнение упражнения. Упражнение, выполненное без вызова, не оценивается.

Если акробатическое упражнение выполняется более **1 минуты 10 секунд** оно прекращается и оценивается только его выполненная часть. За 10 секунд до окончания указанного времени подается предупреждающий сигнал.

Если участник при выполнении упражнения допустил неоправданную, явно выраженную паузу более 7 секунд, упражнение прекращается и оценивается только его выполненная часть.

Упражнение должно иметь четко выраженное начало и окончание. При нарушении данного требования снижается на 0,5 балла итоговая оценка участника.

Оценка действий участника начинается с момента принятия исходного положения на акробатической дорожке и заканчивается фиксацией основной стойки после окончания

упражнения. Сигналом готовности участника к началу выступления служит поднятая вверх рука.

Все участники, готовящиеся к выполнению упражнения, должны находиться в специально отведенном для них месте. Их поведение не должно мешать другим участникам. За нарушение данного правила участник может быть наказан снижением оценки на 0,5 балла, а в случае повторного нарушения – отстранен от участия в испытаниях.

Лицам, сопровождающим участников, не разрешается присутствовать в месте проведения.

Повторное выступление

Выступление участника не может быть начато повторно, за исключением случаев, вызванных непредвиденными обстоятельствами, к которым относятся: поломка гимнастического оборудования, произошедшая в процессе выступления; неполадки в работе общего оборудования – освещения, задымление помещения, появление посторонних предметов, создающих опасную ситуацию.

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

Если участник получил разрешение на повторное выполнение упражнения, то он должен выполнить свое упражнение сначала, после выступления всех других участников своей смены.

Если выступление прервано по вине участника, повторное выполнение упражнения не разрешается.

Перечень материально-технического обеспечения, необходимого для выполнения олимпийского задания по гимнастике

Разминочный зал:

1. Акробатическая дорожка 12–14 х 1,5 м – 1 шт.;
2. Мат гимнастический поролоновый 1 х 2 х 0,1 м – 2 шт.;
3. Гимнастическая скамейка для участников – 2 шт.

Основной зал:

1. Акробатическая дорожка (основная и дополнительная разминочная) 14 х 1,5 м. – 2 шт.;
2. Мат гимнастический поролоновый 1 х 2 х 0,1 м – 2 шт.;
3. Гимнастическая скамейка для участников – 1 шт.

СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ

Спортивная форма

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

Ювелирные украшения и часы не допускаются.

При нарушении требований к спортивной форме участник может быть не допущен к испытаниям.

Порядок выступления

Для проведения испытаний участники распределяются по сменам в соответствии с личным стартовым номером.

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

Оценка действий участника начинается с момента принятия исходного положения. Сигналом готовности участника к началу выступления служит поднятая вверх рука.

Все участники одной смены должны находиться в специально отведенном для них месте. Их поведение не должно мешать другим участникам. За нарушения дисциплины главный судья выносит замечание, а в случае неспортивного поведения может отстранить от участия в испытании.

Лицам, сопровождающим участников, не разрешается присутствовать в месте проведения.

Повторное выступление

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 – освещения, задымление помещения и т. п.

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

Разминка

Перед началом выступлений участникам предоставляется разминка из расчета не более 3 минут на одну смену

**Перечень материально-технического обеспечения, необходимого для выполнения
олимпийского задания по гимнастике**

Контрольное упражнение выполняется на площадке со специальной разметкой для командных игровых видов спорта (мини-футбол, баскетбол), а также со всем необходимым оборудованием для этих видов спорта (баскетбольные щиты с кольцами, ворота, соответствующие виду спорта, и т. д.).

Вокруг площадки должна иметься зона безопасности шириной не менее 1 метра, полностью свободная от посторонних предметов.

Мячи для каждого вида спорта (мини-футбол, баскетбол) – 10 шт. для каждого.

Фишка-ориентир – 15 шт.