

УТВЕРЖДАЮ
Первый заместитель начальника
главного управления
по образованию Могилёвского
облисполкома

И.Г. Лошкевич
«22» марта 2023 г.

ЗАДАНИЯ

для проведения городских, районных олимпиад
по учебному предмету «Физическая культура и здоровье»
(практический тур, игровые виды спорта)

Дата проведения: 31 марта 2023 г.

Время выполнения заданий: с 09.00.

Тур представлен комплексным заданием по тестированию баскетбольных, волейбольных и футбольных умений и навыков участников. Выполняется в спортивном зале.

Участники должны быть одеты в спортивную одежду и обувь, предназначенную для спортивных игр. Нарушение требований к спортивной форме может быть причиной отстранения участника от участия в туре.

Каждому участнику предоставляется 2 попытки, лучшая из которых вносится в протокол. Результат выполнения комплексного задания фиксируется с точностью до 0,01 сек.

Сигналом для начала выполнения задания служит звуковой сигнал (свисток члена жюри). Начало выполнения до сигнала является нарушением, за которое участник получает предупреждение. Аналогичное повторное нарушение наказывается штрафом – увеличением времени выполнения комплексного задания на 3 секунды. Каждая допущенная ошибка при выполнении комплексного задания также наказывается штрафом в 3 секунды, а при получении бонуса – от общего времени отнимается 3 секунды.

Участник, не до конца выполнивший какое-либо задание из соответствующей спортивной игры или пропустивший задание, отстраняется от участия в туре и получает в нем последний ранг.

Условия выполнения комплексного задания.

1. БАСКЕТБОЛ.

Баскетбольный мяч находится в углу волейбольной площадки (места расположения мячей обозначаются клейкой лентой) и это место является стартом в выполнении комплексного задания (Примечание.

Схема расположения спортивного инвентаря и порядка выполнения комплексного задания).

По сигналу члена жюри участник берет баскетбольный мяч и начинает ведение мяча с обводкой 6 стоек, установленных вдоль боковой линии волейбольной площадки на расстоянии 1,5 метров одна от другой. Расстояние до первой стойки составляет 4,5 метра и она обводится с левой стороны. После обводки всех стоек, участник направляется к баскетбольному щиту и выполняет бросок мяча в кольцо в движении после двух шагов.

Ошибки:

обводка первой стойки выполнена не с той стороны;
участник во время обводки задел стойку;
осуществлял обводку ближней рукой к стойке;
допущена пробежка или пронос мяча;
допущен промах после броска мяча в кольцо.

Бонусы:

попадание мяча в корзину при броске.

Выполнив задание по баскетболу, участник устремляется к центральному кругу.

2. ВОЛЕЙБОЛ.

В центральном круге участник берет волейбольный мяч и выполняет сначала 5 верхних передач над собой, а затем, не останавливаясь, 5 передач двумя руками снизу так, чтобы высота мяча при выполнении нижних передач была выше головы участника. После десятой передачи участник ловит мяч и опускает его на пол.

Ошибки:

заступ за пределы центрального круга при выполнении передач;
выполнение меньшего количества передач;
передача мяча выполнена с задержкой;
участник уронил мяч на пол при выполнении передач;
высота мяча при выполнении передач двумя руками снизу не соответствует условиям;
нарушена очередность в выполнении передач;
участник не словил мяч и не опустил его на пол.

Бонусы:

все передачи выполнены без падения мяча на пол;
все передачи выполнены без ловли мяча.

После выполненного задания по волейболу, участник направляется к углу волейбольной площадки, где находится футбольный мяч (см. схему).

3.ФУТБОЛ.

С угла волейбольной площадки участник начинает ведение мяча с обводкой 6 стоек, установленных вдоль боковой линии на расстоянии 1,5 метров одна от другой. Расстояние до первой стойки составляет 4,5 метра и она обводится с левой стороны.

Выполнив обводку всех стоек, участник наносит удар по воротам с расстояния не далее 2 метров от последней стойки (обозначено линией). Удар по воротам должен осуществляться по воздуху.

После удара по воротам участник разворачивается и финиширует, пересекая среднюю линию площадки (см. схему). После этого выполняется остановка секундомера и комплексное упражнение считается законченным.

Ошибки:

обводка первой стойки выполнена не с той стороны;
участник во время обводки задел стойку мячом;
не осуществил обводку стойки;
удар по воротам выполнен за обозначенной линией;
допущен промах.

Бонусы:

попадание в ворота по воздуху.