ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ

ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ .

ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП

ПРАКТИЧЕСКИЙ ТУР

ЛЁГКАЯ АТЛЕТИКА

5–6 классы

Девочки и мальчики

7–8 классы

Девочки и мальчики

9–11 класс

Девушки и юноши

Выполнение испытания осуществляется согласно распределению по

забегам, отдельно среди мальчиков/юношей и девочек/девушек.

Старт забегов производится по сигналу (команде) судьи.

**Методические указания к проведению испытания**

**1.** Линии старта и финиша должны быть чётко обозначены, их ширина должна составлять не менее 5 см.

**2.** Перед проведением испытания дорожки стадиона должны быть очищены от посторонних предметов.

**3.** На дорожках стадиона во время проведения испытания не должно быть

зрителей и других лиц, которые могут помешать проведению испытания.

**4.** Для проведения испытания участники распределяются по забегам в соответствии с личным стартовым номером. Перед началом испытания участник называет фамилию, имя, стартовый номер.

**5.** Все участники одного забега должны находиться в специально отведённом для них месте, их поведение не должно мешать другим участникам.

**6.** Прохождение испытания оценивается судейской бригадой, состоящей из трёх человек. Первый судья располагается в зоне старта/финиша, даёт команды («На старт!» и «Марш!»/свисток») и вместе со вторым судьей фиксирует время преодоления дистанции. Третий судья располагается в зоне прохождения испытания и оценивает качество его выполнения. Рекомендуется, чтобы один из судей (помощник) следил за безопасностью участников в зоне выполнения испытаний.

**Методика оценки результатов**

**1.** Результатом выполнения испытаний является время (в минутах и секундах,

с точностью до десятых долей секунды). Секундомер включается по команде

(«Марш!»/свисток).

**2.** Чем меньше времени затрачено на выполнение испытания, тем выше

итоговый результат.

**Инвентарь и оборудование**

Школьный стадион с беговыми дорожками со специальной разметкой и

оборудованием для выполнения конкурсного испытания. Вокруг внешних

беговых дорожек должна иметься зона безопасности шириной не менее 1 м

полностью свободная от посторонних предметов и зрителей.

– секундомер – 2 шт.;

– свисток – 1 шт.;

– флажок – 1 шт.\_\_

**ТЕХНОЛОГИЯ**

**оценки качества выполнения испытания по лёгкой атлетике**

**Всероссийская олимпиада школьников по физической культуре**

**Школьный этап**

Максимально возможное количество зачётных баллов за испытание по лёгкой атлетике – 40.

Итоги испытания оцениваются по формуле:

*Хi= К*\* *М*

*Ni* , где

*Хi*– зачётный балл *i*-го участника;

*К* – максимально возможный зачётный балл в конкретном задании (по

регламенту);

*Ni*– результат *i*-го участника в конкретном задании;

*М* – максимально возможный или лучший результат в конкретном задании.

Расчёт «зачётных» баллов участника в комплексном испытании производится

по формуле, так как лучший результат в этом испытании в абсолютном

значении меньше результата любого другого участника. Например, при

*Ni*= 53,7 сек. (личный результат участника), *М* = 44,1 сек. (наилучший результат из показанных в испытании) и *К*= 40 (установлен предметной комиссией)

получаем:

40\* 44,1 /53.7=32,84 балла.

**Таблица 1. Школьный этап, 5–6 классы (мальчики и девочки)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Требования к выполнению** | **Оборудование, инвентарь и методические**  **указания** | **Методика оценки** |
| Конкурсное испытание заключается  в выполнении участниками следующего испытания:  бег на дистанцию 500 м | В забеге должно быть не более десяти  участников.  **Оборудование и инвентарь**  Чётко выделенные линии старта и финиша,  мел, свисток, флажок, 2 секундомера.  **Методические указания**  Определяется время пробегания дистанции | В случае неявки на старт участник считается не выполнившим испытание и ему присуждается 0 баллов.  Если участник прекратил выполнение испытания после сигнала к его началу (покинул дорожку, перешёл с бега  на ходьбу), ему присуждается 0 баллов |

**Таблица 2. Школьный этап 7–8 классы (мальчики и девочки)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Требования к выполнению** | **Оборудование, инвентарь и методические**  **указания** | **Методика оценки** |
| Конкурсное испытание заключается  в выполнении участниками следующего испытания:  бег на дистанцию 1000 м | В забеге должно быть не более десяти  участников.  **Оборудование и инвентарь**  Чётко выделенные линии старта и финиша,  мел, свисток, флажок, 2 секундомера.  **Методические указания**  Определяется время пробегания дистанции | В случае неявки на старт участник считается не выполнившим испытание и ему присуждается 0 баллов.  Если участник прекратил выполнение испытания после сигнала к его началу (покинул дорожку, перешёл с бега  на ходьбу), ему присуждается 0 баллов |

**Таблица 3. Школьный этап, 9–11 классы (девушки)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Требования к выполнению** | **Оборудование, инвентарь и методические**  **указания** | **Методика оценки** |
| Конкурсное испытание заключается  в выполнении участниками следующего испытания:  бег на дистанцию 2000 м | В забеге должно быть не более десяти  участников.  **Оборудование и инвентарь**  Чётко выделенные линии старта и финиша,  мел, свисток, флажок, 2 секундомера.  **Методические указания**  Определяется время пробегания дистанции | В случае неявки на старт участник считается не выполнившим испытание и ему присуждается 0 баллов.  Если участник прекратил выполнение испытания после сигнала к его началу (покинул дорожку, перешёл с бега  на ходьбу), ему присуждается 0 баллов |

**Таблица 4. Школьный этап, 9–11 классы (юноши)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Требования к выполнению** | **Оборудование, инвентарь и методические**  **указания** | **Методика оценки** |
| Конкурсное испытание заключается  в выполнении участниками следующего испытания:  бег на дистанцию 3000 м | В забеге должно быть не более десяти  участников.  **Оборудование и инвентарь**  Чётко выделенные линии старта и финиша,  мел, свисток, флажок, 2 секундомера.  **Методические указания**  Определяется время пробегания дистанции | В случае неявки на старт участник считается не выполнившим испытание и ему присуждается 0 баллов.  Если участник прекратил выполнение испытания после сигнала к его началу (покинул дорожку, перешёл с бега  на ходьбу), ему присуждается 0 баллов |