

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА. 2024–2025 уч. г.
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП

ПРАКТИЧЕСКИЙ ТУР
Гимнастика

1. Испытания девочек/девушек и мальчиков/юношей проводятся в виде выполнения обязательного акробатического упражнения.
2. Участник имеет право на одну попытку, в которой он должен выполнить упражнение полностью.
3. В случае изменения установленной последовательности элементов упражнение не оценивается, и участник получает 0,0 балла.
4. Если участник не сумел выполнить какой-либо элемент, производится сбавка, равная его стоимости, указанной в таблицах 1–6.
5. Выполняемое упражнение должно иметь чётко выраженные начало и окончание и должно выполняться без неоправданных пауз с фиксацией статических элементов, указанных как «держать», не менее двух секунд.
6. Каждый судья суммирует сбавки за ошибки в технике выполнения элементов и соединений, указанные в таблице 7, вычитая их из 10,0 баллов.
7. Судьи оценивают качество выполнения упражнений в сравнении с идеально возможным вариантом, учитывая требования к технике и стилю их исполнения.
8. Ошибки исполнения могут быть: мелкими – 0,1–0,2 балла; средними – 0,3–0,4 балла; грубыми – 0,5 балла.
9. Выполнение упражнения оценивается судейской бригадой, состоящей из трёх человек. Судьи должны находиться друг от друга на расстоянии, не позволяющем обмениваться мнениями до выставления оценки.
10. При выставлении оценки бóльшая и меньшая из оценок судей отбрасываются, а оставшаяся оценка идёт в зачёт. При этом расхождение между максимальной и минимальной оценками судей не должно быть более 1,0 балла, а расхождение между оценкой, идущей в зачёт, и ближней к ней не должно превышать 0,4 балла. В случае недопустимого расхождения между оценками судей арбитр собирает бригаду для обсуждения сложившейся ситуации, в результате которого судьи могут изменить свои оценки таким образом, чтобы расхождение стало допустимым.
11. Окончательная оценка выводится с точностью до 0,1 балла.
12. Максимально возможная окончательная оценка – 10,0 баллов.
13. Упражнение должно выполняться на акробатической дорожке шириной не менее 1,5 метра и длиной не менее 12 метров.

14. Внешний вид участников должен быть опрятным. Девочки/девушки могут быть одеты в купальники, комбинезоны или футболки и лосины, а мальчики/юноши – в гимнастические майки (ширина лямок не более 4 см), трико или спортивные шорты с открытыми коленями. Футболки и майки не должны быть надеты поверх шорт или трико. Участники испытаний могут выполнять упражнения в носках, гимнастических тапочках (чешках) или босиком.

Таблица 5. Акробатическое упражнение, 9–11 классы (девушки)

№	Упражнение	Стоимость
	И.п. – основная стойка (о.с.)	
1	Шагом вперёд, переднее равновесие, руки в стороны («Ласточка»), держать – приставить правую (левую) в о.с. - прыжком, широкая стойка ноги врозь и наклон прогнувшись, руки в стороны, обозначить	1,5
2	Кувырок вперёд в стойку на лопатках, обозначить – стойка на лопатках без помощи рук, держать	1,0 + 1,0
3	Перекат вперёд в сед согнув ноги – сед углом руки в стороны, держать – лечь на спину руки вверх	1,0
4	Согнуть ноги и руки «мост», держать – поворот кругом в упор присев	1,0 + 0,5
5	Кувырок назад – кувырок назад в упор стоя согнувшись и выпрямиться в стойку, руки вверх	1,0 + 1,0
6	Махом одной, толчком другой переворот в сторону («колесо») в стойку ноги врозь, руки в стороны и, приставляя правую (левую), поворот лицом в направлении движения – прыжок вверх с поворотом на 180°.	1,0 + 1,0

Таблица 6. Акробатическое упражнение, 9–11 классы (юноши)

№	Упражнение	Стоимость
	И.п. – основная стойка (о.с.)	
1	Выпад вправо (влево), руки в стороны – приставить правую (левую) в стойку, руки вверх – махом одной, толчком другой, переворот в сторону («колесо») в стойку ноги врозь, руки в стороны и, приставляя правую (левую), поворот налево (направо), встать спиной к направлению движения	0,5 + 1,5
2	Кувырок назад согнувшись – выпрямиться, фронтальное равновесие (пятка поднятой ноги не ниже 90°), правую (левую) руку в сторону, левую (правую) руку вперёд, держать	1,0 + 1,0
3	Приставить левую (правую), упор присев, обозначить – кувырок вперёд – толчком, согнувшись, стойка на голове и руках, держать – опуститься в упор присев	0,5 + 1,5
4	Кувырок назад – перекат назад в стойку на лопатках, без помощи рук, держать – перекат вперёд в упор присев – кувырок вперед согнувшись в сед, руки вверх	0,5 + 1,0 + 0,5
5	Сед углом, руки в стороны, держать – свободно перейти в упор присев	1,0
6	Прыжок вверх с поворотом на 360°	1,0

Таблица 7. Основные сбавки за нарушения техники выполнения отдельных элементов

№	Ошибки исполнения	Сбавки
1	Сильное, до неузнаваемости, искажение элемента	– стоимость элемента
2	Пропуск обязательного элемента	– стоимость элемента
3	Выполнение элементов с неполной амплитудой, недостаточная высота полётной фазы прыжков, искажение рабочей осанки, неточное положение туловища, сгибание и/или разведение рук и ног	– до 0,5 балла
4	Отсутствие слитности, неоправданные задержки между элементами	– до 0,3 балла каждый раз
5	Остановка при выполнении упражнения более пяти секунд	упражнение прекращается, и оценивается его выполненная часть
6	Фиксация статического положения, указанного как «держать», менее двух секунд	– стоимость элемента
7	Ошибки приземления при завершении элемента или упражнения в целом: – переступание и незначительное смещение шагом – широкий шаг или прыжок – касание пола одной рукой, падение	– 0,1 балла – 0,3 балла – 0,5 балла
8	Выход за пределы акробатической дорожки	– 0,5 балла
9	Отсутствие чётко выраженного начала или окончания упражнения	– 0,3 балла
10	Повторное выполнение упражнения после неудачного начала	– 0,5 балла
11	Нарушение требований к спортивной форме	– 0,5 балла

ТЕХНОЛОГИЯ оценки качества выполнения заданий по гимнастике

Максимально возможное количество набранных баллов за испытание по гимнастике – 40.

Итоги испытания оцениваются по формуле:

$$X_i = \frac{K \cdot N_i}{M}, \text{ где}$$

X_i – зачётный балл i -го участника;

K – максимально возможный зачётный балл в конкретном задании (по регламенту – 40,0 баллов);

N_i – результат i -го участника в конкретном задании;

M – максимально возможная окончательная оценка – 10,0 баллов.

Например, результат участника составил 8,7 балла ($N_i = 8,7$). Максимально возможная окончательная оценка ($M = 10,0$). Согласно настоящим критериям и методике оценивания максимально возможный зачётный балл по данному заданию составляет 40 баллов ($K = 40$). Подставляем в формулу значения N_i , K и M и получаем зачётный балл: $X_i = 40 \cdot 8,7 / 10,0 = 34,8$ балла.

Зачётные баллы определяются с точностью до десятых долей.