**(Утверждаю) (Согласовано)**

**Директор МОУ Завуч по У В Р**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**(Шайхразиева С. Н.) (Ворожейкина Т. Е.)**

**ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ ПО ПРЕДМЕТУ**

**«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В МОУ сош-с. ЖУРАВЛЕВКА**

**Рассмотрено на М О**

**Протокол № от\_\_\_\_**

**Рук. М О\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Нижников В. А.**

«Утверждаю»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Шайхразиева С.Н .

Директор МОУ сош –с. Журавлевка

**ПОЛОЖЕНИЕ О ШКОЛЬНОЙ ОЛИМПИАДЕ ШКОЛЬНИКОВ ПО**

**ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

**1.Общие положения.**

Настоящее Положение устанавливает порядок проведения олимпиады школьников по предмету «Физическая культура»

Настоящее Положение разработано в соответствии с Положением об областной олимпиаде по предмету «Физическая культура»

Школьная олимпиада проводится среди учащихся 8-11-х классов.

**2. Задачи олимпиады.**

Основными задачами олимпиады являются:

**.** создание условий для выполнения одарённых и талантливых детей;

**.** создание условий для их интеллектуального и физического роста

**.** развитие познавательных интересов школьников к изучению теории физической

культуры, общей и спортивной гигиены , спортивной медицины.

**3. сроки проведения.**

Школьной олимпиады –октябрь-ноябрь, но не позднее, чем за десять дней до проведения второго (городского) этапа.

Районной олимпиады - январь-февраль 2009 года.

Областной – март- апрель.

**4. Руководство олимпиадой.**

Ответственность за проведение школьной олимпиады возлагается на руководителя образовательного учреждения.

**5.Школьное управление образования.**

**.** проводит заседания оргкомитета;

**.** утверждает сроки проведения олимпиады;

**.** определяет место проведения олимпиады;

**.** осушествляет информационное обеспечение;

**.** проводит награждение победителей олимпиады.

**6.Оргкомитет.**

В состав оргкомитета входят : директор школы, экспертная группа из завучей и учителя физической культуры

Функции оргкомитета:

**.** организует проведение олимпиады в соответствии с настоящим Положением;

**.** определяет сроки проведения и подведения итогов;

**.** составляет предложения и дополнения в Положение о олимпиаде.

**7. Жюри.**

Председателем жюри является учитель физической культуры- руководитель МО секции.

Члены жюри, выдвигаются педагогическим коллективом.

Председатель жюри распределяет обязанности между членами жюри на период проведения олимпиады и подведения итогов.

**8. Участники олимпиады.**

В школьной олимпиаде участвуют учащиеся 8-9 и 10-11 классов ,которые формируют команду из 3-х человек. В команде должны быть представители двух полов. В каждой возрастной группе участие обязательно

**9. Порядок проведения олимпиады.**

Место и время проведения олимпиады определяет управление образования школы.

Для проведения первого тура отводится 6 астрономических часов: 1 час- теоретико-методические задания и 5 часов практических заданий (по разделам – гимнастика, баскетбол , волейбол , футбол , легкая атлетика).

Участники сопровождаются к месту проведения олимпиады учителем , который несет полную ответственность за участников олимпиады до её окончания.

Участники олимпиады на теоретико-методическом задании располагаются по одному за рабочим столом.

Работы участников подписываются

Пакет с заданиями вскрывается председателем жюри в присутствии и членов оргкомитета

Работы участников проверяются членами жюри в двухдневный срок со дня проведения олимпиады

Временем начала олимпиады считать время зачтения последнего задания.

**10. Права и обязанности участников олимпиады и членов жюри.**

Участники имеют право:

**.** на объективную проверку своих работ;

**.** ознакомится с результатами своей работы по окончании подведения итогов ;

**.** в случае несогласия с результатами проверки и подведения итогов олимпиады подать аппеляцию в трёхдневный, срок со дня подведения итогов жюри;

**.** обжаловать действия жури в оргкомитет олимпиады.

Участники олимпиады обязаны:

**.** приходить на олимпиаду к назначенному времени;

**.** соблюдать порядок и дисциплину во время проведения олимпиады.

Участникам олимпиады запрещается:

**.** приносить на олимпиаду справочные и другие материалы, не предусмотренные при выполнении заданий;

**.** передавать какую-либо информацию другим участникам олимпиады.

Члены жюри имеют право:

**.** требовать от участников олимпиады выполнения настоящего Положения;

**.** ознакомиться с результатами работы всех участников олимпиады.

Члены жюри обязаны:

**.** вовремя явиться в помещение для проведения олимпиады;

**.** быть корректными по отношению к участникам олимпиады;

**.** объективно проводить проверку работ участников олимпиады;

**.** проверить правильность посадки участников олимпиады;

**.** требовать от участников олимпиады самостоятельного выполнения заданий олимпиады.

Членам жюри запрещается:

**.** нарушать самим и принуждать других членов жюри , а также участников олимпиады к нарушению настоящего Приложения;

**.** передвигаться по помещению. А также переходить в другие помещения, где проводится олимпиада;

**.** покидать помещение для проведения олимпиады до официального окончания олимпиады;

**.** передавать какую-либо информацию участникам олимпиады;

**.** обсуждать в присутствии участников олимпиады задания.

**11.Ответственность за нарушение настоящего Положения.**

В случае нарушения участником олимпиады или членом жюри Положения - их удаляют с олимпиады ,аннулируя результаты олимпиады.

**12. Подведение итогов и награждение.**

Итоги олимпиады подводятся раздельно среди юношей девушек.

По сумме баллов , полученных по результатам выполнения теоретико-методического и практического задания, определяются победитель и призёры олимпиады.

Место участника при выполнении практического задания определяется по сумме мест, занятых по результатам выполнения отдельных упражнений.

В случае равенства результатов у нескольких участников при выполнении отдельных упражнений практического задания им начисляется количество баллов , являющееся средним арифметическим от суммы занятых мест.

В случае равенства баллов у нескольких участников победитель практического задания и места, занятые другими участниками определяются в соответствии с приоритетом: гимнастика, легкая атлетика , волейбол (девушки) , футбол (юноши).

При выполнении теоретико- методического задания место участника определяется сопоставлением количества правильных ответов всех участников.

В случае равенства количества правильных ответов у нескольких участников победитель в теоретико- методическом задании и места, занятые другими участниками, определяются по наименьшему времени , затраченному на выполнение задания.

Личное место участника в общем зачете олимпиады определяется по меньшей сумме баллов , полученных в соответствии с занятыми местами в результате выполнения теоретико-методического и практического задания.

В случае равенства результатов у нескольких участников предпочтение отдаётся участнику, имеющему:

**.** наибольшую сумму баллов , набранных в теоретико-методическом задании;

**.** лучший результат выполнения практического задания по приоритету : гимнастика , лёгкая атлетика , волейбол (девушки ), футбол ( юноши ).

Командное место определяется по наименьшей сумме мест 2-х участников команды независимо от возраста и пола. При равенстве очков у 2-х и более команд предпочтение отдаётся команде , имеющей большее количество 1, 2, 3, 4, и т. Д. мест.

Победители и призёры олимпиады награждаются призами и грамотами Управления

Образования школы.

Учителям, членам жюри, предоставляется один дополнительный день к отпуску.

Учителям, подготовившим победителей и призёров олимпиады, объявляется благодарность Управления образования школы.

ОРГКОМИТЕТ:

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Тестовые задания (вопросы) для оценки качеств знаний учащихся 8- 9 классов.**

1. Международный Олимпийский комитет был создан в: а) Олимпии; б) Париже; в)Люцерне; г)Лондоне?
2. Право проведения Олимпийских игр предоставляется: а) городу; б) деревне ; в) региону; г) стране?
3. 100- летний юбилей Олимпийского движения современности мировое сообщество отмечало в : а) 1992 г.; б) 1996 г.; в) 1994 г.; г) 1998 г.?
4. Где зажигается факел олимпийского огня современных Олимпийских игр: а) на олимпийском стадионе в Афинах; б) на олимпийском стадионе города- организатора Игр; в) на вершине горы Олимп; г) в Олимпии под эгидой МОК?
5. Расположите по местам, занятым командами Германии (1), Италии (2), Португалии (3), Франции (4) на чемпионате мира по футболу в 2006 г., начиная с первого места: а) 1,2,3,4; б) 4,2,3,1,; в) 2,4, 1, 3; г) 3,1,4,2.
6. Индивидуальное развитие организма обозначается как: а) генезис; б) онтогенез; в) филогенез; г) воспитание?
7. Наиболее эффективным методом воспитания общей выносливости является: а) повторный; б) непрерывный; в) круговой; г) интервальный?
8. Впервые правила баскетбола сформулировал : а) Джеймс Нейсмит ; б)Майкл Джордан ; в)Шакил О Нил; г0 Билл Рассел?
9. Основной формой подготовки спортсмена является…
10. Нормативы, являющиеся основой для присвоения спортивных разрядов. содержатся в спортивной…
11. Качественной характеристикой физической нагрузки является… двигательной активности.
12. Спортивный снаряд для метания, представляющий собой цельнометаллический шар, прикрепляемый тросом к рукоятке , называется…
13. Способ спортивного плавания, возникающий как разновидность брасса, называется…
14. Выход запасного игрока на площадку вместо игрока основного состава в волейболе обозначается как…
15. Родиной гандбола является… а) Чехословакия; б)Швеция; в) Дания; г)Франция?

**Тестовые задания (вопросы) для оценки качества знаний учащихся 10-11 классов.**

1.1-зимние Олимпийские игры состоялись в:а) 1920 г., Бельгия ; б)1924 г., Франция;

В)1926 г., Германия ; г) 1928 г., Швейцария ?

2. К каким современным Олимпийским играм была впервые предложена Олимпийская

эмблема из пяти переплетённых колец : а) 1908 г., б) 1912 г., в) 1920 г.?

3. Какой из перечисленных видов спорта не входит в программу современного пятиборья:

а) фехтование; б) верховая езда; в) гимнастика; г) стрельба.?

4. Что является основой физической культуры: а) физическое развитие; б) физические упражнения; в) физическая подготовка; г) физическое совершенствование?

5. Основным специфическим средством физического воспитания является: а) физическое качество; б) физическое упражнение; в) физическая нагрузка?

6. Процесс обучения двигательному действию рекомендуется начинать с освоения: а) подводящих упражнений; б) основ техники; в) исходного положения; г) ведущего звена техники?

7. Как дозируются упражнения на гибкость: а) до появления пота; б) до снижения амплитуды движения; в) по 20 упражнений в серии; г) до появления болевых ощущений?

8. Какая дистанция в легкой атлетике не является классической: а) 100 м;б)200 м; в) 300 м?

9. Бег на сверхдлинные дистанции относят к работе в физиологическом фоне: а) максимальной мощности; б) субмаксимальной мощности; в) большой мощности; г) умеренной мощности?

10. Основным документом соревнований , которым руководствуется главная судейская коллегия является … соревнований : а) программа; б) график; в) положение; г) календарь?

11. Расположите способы плавания по скоростным возможностям: 1. Кроль на груди. 2. Кроль на спине. 3. Брасс. 4. Дельфин? Ответы: а) 4,1,2,3; б) 1,4,2,3; в) 1,2,3,4; г) 4,2,1,3.

12. Начальный удар в отдельных спортивных играх, вводящий мяч в игру, называется: а) приём; б) передача; в) подача; г) бросок?

13.Предметом обучения в сфере физического воспитания, являются…

14. Процесс, направленный на воспитание двигательных качеств, способностей, необходимых в спортивной деятельности, принято называть… подготовкой.

15. В подростковый период силовые упражнения могут служить препятствием к увеличению….

16. Паралимпийские игры проводятся с: а) 1984 г.; б) 1988 г.; в) 1992.; г) 1996 г.

17. Физкультурный комплекс «Готов к труду и обороне СССР» был введён в а) 1928 г.; б) 1931 г.; в) 1940 г.; г) 1951 г.

**Конкурсные практические задания по физической культуре.**

**Гимнастика.-**  максимальное количество баллов-10,0

Девушки- 8- 9 класс

1.--- 2 кувырка вперед: 1-й в групперовке,2-й в сед руки вверх. Наклон вперед( держать)-

0,5- сек.

2.—Лечь на спину. Стойка на лопатках-1 сек. Кувырок назад в стойку на колено, другая

Нога назад-1сек.

3.---Упор присев. Встать. Колесо.-2 сек. Поворот на 90 г. Прыжок прогнувшись в доскок.

Девушки- 10 11 класс

1.--Колесо-2 сек. Поворот на 90 г лицом к основному направлению .2-кувырка вперёд.

Кувырок назад. Перекат назад--- «берёзка»-2 сек

2.—перекат вперед в упор присев. Длинный кувырок вперед

3.—Прыжок вверх прогнувшись. Шаг правой ногой вперёд, руки вверх в стороны .

Равновесие (держать). Приставить ногу.

Юноши. 8-9 класс

1.—С одного шага наскок на две , длинный кувырок вперёд прыжком.

2.—Кувырок вперёд.

3.—Силой согнувшись стойка на голове и руках-2 сек.

4. --Силой опускание в упор лёжа.

5--.Поворот в упор лёжа сзади-2сек.

6.--Сед руки вверх-1 сек и наклон вперёд, руки касаются стоп-2 сек.

7.--Кувырок назад в упор стоя согнувшись и выпрямится ,ласточка-2 сек.

8.--Выпрямляясь , руки вверх два переворота боком.

Юноши 10-11 класс

1.—С одного шага наскок на две , длинный кувырок вперёд прыжком.

2.—Кувырок вперёд.

3.—Силой согнувшись стойка на голове и руках-2 сек.

4. --Стойка на голове согнув ноги вперёд и. разгибая их. Стойка на руках. Кувырок вперёд

в сед ноги врозь руки в стороны.

5.-- Руки вверх и наклон вперёд-2 сек, выпрямляясь, сед углом руки в стороны-2 сек.

6.—Сед руки вверх и упор лёжа сзади-1 сек.

7—Поворот кругом (налево и направо), упор присев и кувырок назад с прямыми ногами,

встать руки вверх.

8 – Встать в стойку руки вверх, с места или с 1-2 шагов два переворота боком .

**Лёгкая атлетика.**- лучший результат в беге.

Девушки. 8-11 класс

1.-- Бег—100 метров.

2.-- Бег—500 метров.

Юноши 8-11 класс.

1.-- Бег-100 метров.

2.-- Бег—1000 метров.

**Баскетбол.**

Девушки и юноши. 8—11 класс

Конкурсное задание заключается в выполнении игровых элементов из раздела «Баскетбол» школьной программы.

В начале задания участник находится за лицевой линей баскетбольной плошадки, лицом вперёд. По сигналу он бегом перемешается к фишке-ориентиру №-2. Затем левой рукой ведёт мяч к фишке ориентиру №-3, далее правой рукой—к фишке- ориентиру №-4, левой рукой – к фишке-ориентиру № 5, правой рукой – к фишке- ориентиру № 6, левой рукой – к фишке- ориентиру № 7 и, наконец, правой рукой – к фишке –ориентиру № 8.Обводку осуществлять дальней рукой от фишки –ориентира. После прохождения фишки- ориентира № 8 участнику выполнить бросок мяча в корзину в движении, после чего подбирать мяч, разворачиваться, вести мяч к другому щиту с обводкой дальней рукой фишек- ориентиров № 7, 5, 3 и выполнять бросок в корзину в движении.

В задании фиксировать время преодоления дистанции и точность броска. Остановка секундомера .Остановку секундомера осуществлять в момент касания мячом площадки после броска в корзину из-под щита. В случае непопадания мячом в кольцо участник имеет право выполнить две дополнительные попытки. Если участник уходит с площадки, не выполнив дополнительные попытки, то к его времени выполнения задания прибавлять по 10 сек. за каждый невыполненный бросок. Если участник из 3 бросков ни разу не попал в кольцо, он наказывается штрафом- 5 сек. За каждый бросок. За каждое нарушение правил (пробежка, пронос мяча, двойное ведение, неправильная смена рук, касание стоек, выход за пределы площадки) участнику к его фактическому времени прибавлять дополнительно по 1 сек. За необегание фишки- ориентира и перемещение неуказанным способом добавлять по 3 штрафных сек.

**Волейбол.**

Девушки 8—11 класс

Конкурсное испытание заключается в выполнении двух заданий.

Задание 1. Подача в указанную зону ( рис . 2 )

Участник выполняет подачу находясь за линией площадки. Подачу можно подавать с любой точки площадки , за лицевой линией, не заходя за разметку. Подающему даётся возможность выполнить три верхние подачи в зоны 1, 6, 5 и три нижние подачи в зоны 2, 3, 4. В случае, если участник выполнил подброс , но удар по мячу не был произведён , подача считается совершённой. Дополнительных попыток не предоставляется. Каждая подача оценивается. В зачёт идёт сумма всех подач.

Очерёдность зоны при подаче определяет судья в поле.

Участник имеет 20 секунд., чтобы подготовиться к выполнению задания. Началом является свисток судьи в поле, после которого через 8 секунд производится подача.

За попадание мяча в указанную зону начисляется 3 очка. За попадание в мишень , находящуюся в зоне, дополнительно даётся 1 очко. За попадание в площадку , но не в указанную зону начисляется 1 очко. За попадание в сетку или в аут снимается 1 очко.

Задание 2. Передача мяча двумя руками в стен и приём снизу.

Участник располагается на произвольном расстоянии от стены. На высоте 2,5 м от пола на стене обозначается контрольная линия , определяющая высоту передач. Боковые перемещения участника ограничиваются коридором шириной 2.5 м(выход из коридора считается ошибкой ). Участник подбрасывает мяч над собой и выполняет передачу мяча двумя руками сверху в стену выше контрольной линии. Если мяч касается стены ниже контрольной линии, передача не засчитывается. Мяч, отскочивший от стены , участник принимает двумя руками снизу над собой. Передача сверху и приём мяча снизу над собой является одной серией. Участник должен выполнить как можно больше серий за 30 секунд. При потере мяча участник продолжает выполнять упражнения , если контрольное время ещё не закончилось . Судья включает секундомер, как только участник подбросил мяч над собой , и выключает по истечении времени 30 секунд. На упражнения дается одна попытка. Победитель в волейболе определяется по итогам обоих упражнений.

**Футбол.**

Юноши .8—11 класс

На середине лицевой линии игрового поля установить футбольные ворота (3 на 2м). На расстоянии 10м от линии ворот расположить зону для удара по воротам (шириной 1м). В 2м вправо и влево от боковых стоек ворот на расстоянии 11, 14, и 17м от линии ворот расположить 3 фишки с одной и другой стороны, при этом вторые фишки находятся напротив боковых стоек ворот. На расстоянии 20 и 22м от линии ворот установить два мяча и две контрольные стойки соответственно (рис. 3). По сигналу участник стартует от первой контрольной стойки к лежащему мячу. Выполняя ведение мяча, участник обводит первую фишку слева, вторую справа и движется в зону удара для атаки ворот слева от третьей фишки. Находясь в зоне для удара, участник наносит удар по воротам левой ногой верхом. Затем участник движется ко второй контрольной стойке, обегает её и бежит ко второму мячу. Выполнив ведение мяча, участник обводит первую фишку справа, вторую слева и движется в зону в зону удара для атаки ворот, справа от третьей фишки, выполняет удар по воротам правой ногой верхом. После удара участник финиширует возле второй контрольной стойки. Упражнение считается законченным, если участник обвёл все фишки, нанёс удары по воротам из зоны удара и пересёк финишную линию. Победителем признаётся участник, имеющий наименьшее время выполнения упражнения, Штрафное время начисляется за такие ошибки: 1)необегание фишки с мячом-10 секунд; 2) нанесение удара по мячу до зоны удара-5 секунд; 3) нанесение удара по мячу после зоны удара -15 секунд; ; 4)удар по мячу не той ногой-10 секунд; 5)непопадание по воротам из зоны удара-10 секунд; 6)удар по воротам низом-3 секунды.