

**Утверждены на заседании центральной
предметно-методической комиссии
всероссийской олимпиады школьников
по физической культуре
(Протокол № 2 от 31.08.2026)**

**Методические рекомендации по проведению школьного этапа
всероссийской олимпиады школьников по физической культуре
в 2026/27 учебном году**

Общие положения

Всероссийская олимпиада школьников проводится в соответствии с приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27 ноября 2020 г. № 678 «Об утверждении Порядка проведения всероссийской олимпиады школьников» (далее – Порядок), и предназначены для использования региональными предметно-методическими комиссиями, а также организаторами школьного этапа олимпиады.

Школьный этап олимпиады проводится по заданиям, разработанным для обучающихся 5-11 классов.

Участник олимпиады выполняет по своему выбору олимпиадные задания, разработанные для класса, программу которого он осваивает, или для более старших классов. В случае прохождения участников олимпиады, выполнявших задания, разработанные для более старших классов по отношению к тем классам, программы которых они осваивают, на следующий этап олимпиады указанные участники олимпиады и на следующих этапах олимпиады выполняют олимпиадные задания, разработанные для класса, который они выбрали на предыдущем этапе олимпиады.

Методическое обеспечение школьного этапа олимпиады осуществляет региональная предметно-методическая комиссия (далее – РПМК). РПМК разрабатывают комплекты олимпиадных заданий для проведения школьного этапа олимпиады по физической культуре и требования к организации и проведению школьного этапа олимпиады по физической культуре с учетом настоящих методических требований.

Порядок проведения соревновательных туров олимпиады

До начала соревновательных туров для участников должен быть проведен краткий инструктаж, в ходе которого они должны быть проинформированы о продолжительности олимпиады, правилах поведения, запрещенных действиях, датах опубликования результатов, процедурах анализа олимпиадных заданий и их решений, показа работ и порядке подачи апелляции в случаях несогласия с выставленными баллами.

Во время проведения соревновательных туров участникам запрещается:

- общаться друг с другом, свободно перемещаться по аудитории;
- выносить из аудиторий и мест проведения олимпиады олимпиадные задания на бумажном и (или) электронном носителях, листы ответов и черновики, копировать олимпиадные задания;
- обмениваться любыми материалами и предметами, использовать справочные материалы, средства связи и электронно-вычислительную технику, если иное не предусмотрено и не прописано в требованиях к проведению олимпиады по конкретному

общеобразовательному предмету;

- покидать место проведения без разрешения организаторов или членов оргкомитета.

В случае нарушения установленных правил участник олимпиады удаляется из аудитории, а его работа не проверяется. В отношении удаленного участника составляется акт, который подписывается представителем организатора или оргкомитета.

Во время выполнения олимпиадных заданий участник олимпиады вправе покинуть аудиторию только по уважительной причине.

В каждой аудитории, где проходят соревновательные туры, необходимо обеспечить наличие часов. Время начала и окончания соревновательного тура олимпиады фиксируется организатором на информационном стенде (школьной доске).

Все участники во время выполнения письменных заданий должны размещаться по 1 человеку за столом (партой). Рассадка осуществляется таким образом, чтобы участники олимпиады не могли видеть записи в бланках (листах) ответов других участников.

Все участники соответствующего этапа олимпиады обеспечиваются:

- заданиями, бланками (листами) ответов;
- необходимым оборудованием в соответствии с требованиями по каждому общеобразовательному предмету олимпиады;
- черновиками (при необходимости).

Задания могут выполняться участниками только на бланках (листах) ответов, выданных организаторами.

За 5 минут до времени окончания выполнения заданий организаторам необходимо сообщить участникам о времени, оставшемся до завершения выполнения заданий.

Участники олимпиады, досрочно завершившие выполнение олимпиадных заданий, могут сдать их организаторам и покинуть место проведения соревновательного тура.

Участники олимпиады, досрочно завершившие выполнение олимпиадных заданий и покинувшие аудиторию, не имеют права вернуться для выполнения заданий или внесения исправлений в бланки (листы) ответов.

После окончания времени выполнения олимпиадных заданий все листы, используемые участниками в качестве черновиков, должны быть помечены словом «черновик». Черновики сдаются организаторам, членами жюри не проверяются, а также не подлежат кодированию.

Бланки (листы) ответов сдаются организаторам, которые после окончания выполнения работ всеми участниками передают их работы членам оргкомитета (шифровальной комиссии).

Работы участников олимпиады не подлежат декодированию до окончания проверки

всех работ участников членами жюри.

Принципы формирования комплектов олимпиадных заданий и методические подходы к составлению заданий школьного этапа олимпиады

Комплекты олимпиадных заданий школьного этапа формируются для 6 (шести групп) участников: мальчиков 5-6 классов, девочек 5-6 классов, юношей 7-8 классов, девушек 7-8 классов, юношей 9-11 классов и девушек 9-11 классов. В этих же группах определяются победители и призёры школьного этапа.

Школьный этап олимпиады состоит из двух видов индивидуальных испытаний участников – теоретико-методического и практического.

Теоретико-методическое испытание является обязательным и заключается в решении заданий в тестовой форме. Продолжительность теоретико-методического испытания для всех групп участников – не более 45 (сорока пяти) минут.

В комплект олимпиадных заданий теоретико-методического испытания по каждой возрастной группе входят: бланк заданий; бланк ответов; критерии и методика оценивания выполненных олимпиадных заданий.

Практические испытания заключаются в выполнении упражнений инвариантных модулей федеральной рабочей программы по учебному предмету «Физическая культура», которые включают в себя содержание базовых видов спорта: по разделам: гимнастика, спортивные игры, легкая атлетика, зимние виды спорта (на примере лыжной подготовки), спортивные игры, плавание. Организаторы могут включить в олимпиадные задания испытание по виду спорта из вариативных модулей школьной программы, а также комплексное испытание «Прикладная физическая культура».

На школьном этапе олимпиады рекомендуется включать *два-четыре* практических задания по выбору муниципальной (региональной) предметно-методической комиссии.

Методические подходы к составлению заданий теоретико-методического испытания школьного этапа олимпиады

В содержание теоретико-методического испытания школьного этапа олимпиады необходимо включать максимально разнообразную тематику вопросов по следующим разделам:

1. Культурно-исторические основы физической культуры и спорта.
2. Олимпийские игры древности и современное олимпийское движение. Принципы, традиции и правила олимпийского движения.
3. Основные понятия физической культуры и спорта.
4. Педагогический характер и специфическая направленность процесса физического воспитания.

5. Психолого-педагогические характеристики физкультурно-спортивной деятельности.
6. Основы теории и методики обучения двигательным действиям.
7. Основы теории и методики воспитания физических качеств.
8. Формы организации занятий в физическом воспитании.
9. Медико-биологические основы физкультурно-спортивной деятельности. Адаптивная физическая культура.
10. Спортивно-оздоровительные системы физических упражнений.
11. Основы самоконтроля при занятиях физической культурой и спортом.
12. Методика решения частных задач физического воспитания.
13. Условия, способствующие решению задач физического воспитания.
14. Профессионально-прикладная физическая культура.
15. Правила соревнований по видам спорта.
16. Антидопинговые правила.

Тест теоретико-методического испытания школьного этапа олимпиады должен содержать различные типы заданий:

А. *Задания в закрытой форме*, т. е. с предложенными вариантами ответов. Задания представлены в форме незавершённых утверждений, которые при завершении могут оказаться либо истинными, либо ложными. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильное завершение из предложенных вариантов. Среди них содержатся как правильные, так и неправильные завершения, а также частично соответствующие смыслу утверждений. Правильными являются те, которые наиболее полно соответствуют смыслу утверждения.

Б. *Задания в открытой форме*, т. е. без предложенных вариантов ответов. При выполнении этих заданий необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение.

В. *Задания на соответствие (сопоставление) понятий и определений.*

Г. *Задания процессуального или алгоритмического толка.*

Д. *Задания в форме, предполагающей перечисление известных фактов, характеристик и т.п.*

Е. *Задания с иллюстрациями или графическими изображениями двигательных действий.*

Ж. *Задания-кроссворды (ребусы).*

З. *Задания-задачи.*

В задания теоретико-методического испытания на школьный этап необходимо

включать максимально разнообразные по тематической направленности и типам вопросы. Примерное количество и типы заданий теоретико-методического испытания школьного этапа представлены в таблице 1.

Перед выполнением теста участники олимпиады должны ознакомиться с инструкцией, которая является обязательной составной частью теста. Она должна быть короткой, понятной и общей для всех. В инструкции представлен обзор типов заданий, содержащихся в тесте, даны разъяснения по записи и оформлению ответов. В инструкции сообщается время, в течение которого необходимо выполнить тест.

Таблица 1. – Примерное количество и типы заданий теоретико-методического испытания школьного этапа олимпиады

Участники (классы)	Типы и количество заданий								Общее количество заданий
	<i>А</i>	<i>Б</i>	<i>В</i>	<i>Г</i>	<i>Д</i>	<i>Е</i>	<i>Ж</i>	<i>З</i>	
5-6	12-15	2-3	1	–	–	1	–	–	16-20
7-8	11-13	3-4	1	1	1	1	1	1	18-22
9-11	10-12	4-5	2-3	1-2	1-2	1	1	1	20-27

Оценка выполнения участником любого задания не может быть отрицательной, минимальная оценка, выставляемая за выполнение отдельно взятого задания 0 баллов.

Примеры теоретико-методических заданий различных типов.

А. Задания в закрытой форме с выбором одного правильного ответа.

Например. Укажите номера позиций игроков передней линии в волейболе...

- а. 1, 2, 3; б. 1, 5, 6; в. 2, 3, 4; г. 4, 5, 6.

Правильный ответ: в.

Критерии и методика оценивания: правильный ответ оценивается в 1,0 балл, неправильный – 0 баллов. Ответ с исправлениями оценивается как неверный.

Задания в закрытой форме с выбором нескольких правильных ответов.

Например. Какие спортивные мероприятия проходят под патронажем Международного олимпийского комитета. Отметьте все позиции.

- а. Всемирная универсиада; б. Европейские юношеские фестивали;
в. Международные спортивные игры «Дети Азии»; г. Чемпионат мира по футболу.

Правильный ответ: б, в.

Критерии и методика оценивания: полный правильный ответ оценивается в 1,0 балл, неправильный – 0 баллов. Если в ответе содержится хотя бы одна неверная позиция, ответ считается неверным. Ответ с исправлениями оценивается как неверный.

Б. Задания в открытой форме.

Например. Группа лиц, участвующих в спортивных соревнованиях, объединенных принадлежностью к одному спортивному коллективу, обозначается как...

Правильный ответ: команда.

Задания этой формы могут заключаться в подстановке пропущенного слова или числа в основной текст на месте прочерка.

Например. Укажите количество видов фигур, которое каждый игрок использует во время игры в шахматы. Ответ, словом, запишите в бланк ответов.

Правильный ответ: шесть.

Критерии и методика оценивания: правильный ответ оценивается в 2,0 балла, неправильный – 0 баллов. Ответ с ошибками в написании слов, зачеркиваниями и исправлениями оценивается как неверный.

В. Задания на соответствие (сопоставление) понятий и определений.

Например. Установите соответствие между выдающимися спортсменами, участниками Великой Отечественной войны, и видами спорта, в которых они добились этих результатов. Ответ буквами запишите в бланк ответов.

1	Галина Зыбина	А	академическая гребля
2	Владимир Куц	Б	лыжные гонки
3	Виктор Чукарин	В	легкая атлетика
4	Федор Терентьев	Г	спортивная гимнастика
5	Юрий Тюкалов	Д	тяжелая атлетика
6	Грант Шагинян	Е	плавание

Правильный ответ:

1	2	3	4	5	6
В	В	Г	Б	А	Г

Критерии и методика оценивания: Оценивается каждая позиция ответа. Каждая верно указанная позиция оценивается в 0,5 балла, неправильная – 0 баллов. Максимальный балл за ответ- 3,0 балла.

Г. Задания процессуального или алгоритмического толка.

Например. *Расставьте в правильном порядке последовательность обучения техническому приёму. Ответ цифрами запишите в бланк ответа.*

1. имитация приёма;
2. закрепление в игре;
3. показ;
4. многократное повторение;
5. подводящие упражнения.

Правильный ответ: 3 5 1 4 2

Критерии и методика оценивания: Ответ, в котором содержится правильно установленная последовательность оценивается в 2,0 балла. Если в ответе содержится хотя бы одна неверная позиция, ответ считается неверным и оценивается в 0 баллов. Ответ с

исправлениями оценивается как неверный.

Д. Задания в форме, предполагающей перечисление известных фактов, характеристик и т.п.

Например. Назовите в правильной последовательности команды, которые подает судья на соревнованиях по лёгкой атлетике во время старта на 2000 метров.

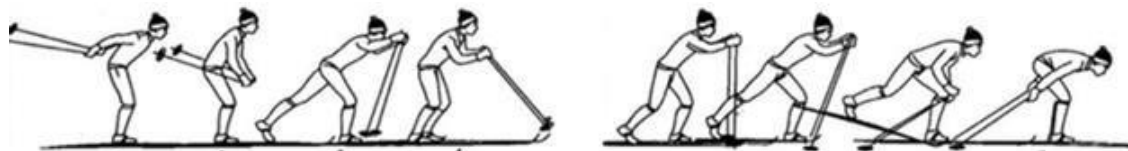
Правильный ответ: На старт! Марш!

Критерии и методика оценивания: Полный правильный ответ оценивается в 3,0 балла.

Если в ответе содержится хотя бы одна ошибка, то ответ считается неверным и оценивается в 0 баллов. Ответ с исправлениями оценивается как неверный.

Задания с иллюстрациями или графическими изображениями двигательных действий.

Например. Укажите способ передвижения на лыжах, изображенный на рисунке....



Правильный ответ: одновременный двушажный ход

Критерии и методика оценивания: Правильный ответ оценивается в 2,0 балла, неправильный – 0 баллов. Ответ с ошибками в написании слов, зачеркиваниями и исправлениями оценивается как неверный.

Е. Задание-кроссворд.

Например. Решите кроссворд. Ответ запишите в бланк ответов.

По горизонтали: 2. Бег на короткую дистанцию. 6. Прибор, способный измерять интервалы времени с точностью до долей секунды. 7. Преждевременный выход со старта или попытка выйти со старта раньше установленного сигнала. По вертикали: 1. Легкая перекладина, устанавливаемая на специальных стойках для прыжков высоту и с шестом. 3. Завершающая фаза прыжка в длину с места. 4. Спортсмен-легкоатлет, бегун на длинные дистанции. 5. Легкоатлетический снаряд для метания.

Правильный ответ: По вертикали: 1. планка; 3. приземление; 4. стайер; 5. молот.

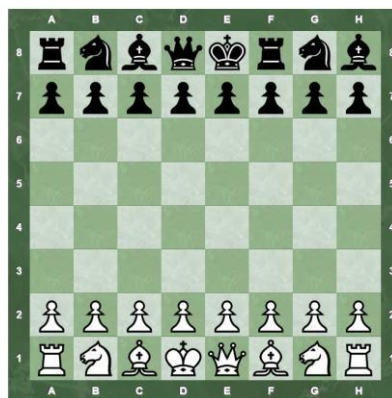
По горизонтали: 2. спринт; 6. секундомер; 7. фальстарт.

Критерии и методика оценивания: Каждая верно указанная позиция оценивается в 1,0 балл, неправильная – 0 баллов. Ответы с ошибками в написании слов, зачеркиваниями и исправлениями оцениваются как неверные. Максимальная оценка за задание-кроссворд - 7,0 баллов.

Ж. Задание-задача.

Например. Решите задачу. В бланке ответов напишите название фигур, которые на

шахматной доске расположены неверно?



Правильный ответ: Чёрные: слон и ладья. Белые: ферзь и король

Критерии и методика оценивания. Правильный ответ по чёрным фигурам оценивается в 2,0 балла. Если в ответе содержится хотя бы одна неверная позиция, то ответ считается неверным и оценивается в 0 баллов. Правильный ответ по белым фигурам оценивается в 2,0 балла. Если в ответе содержится хотя бы одна неверная позиция, то ответ считается неверным и оценивается в 0 баллов. Максимальная оценка за задание-задачу – 4,0 балла.

Методические подходы к составлению заданий практического тура школьного этапа олимпиады

Задания практического тура олимпиады должны дать возможность выявить и оценить: владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в соревновательной деятельности; умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении заданий.

Практические задания школьного этапа олимпиады школьников по физической культуре должны состоять из набора технических приёмов, характерных для выбранного методической комиссией вида спорта, по которому проводится испытание.

Испытания девушек и юношей по разделу «Гимнастика» проводятся в виде выполнения акробатического упражнения. В таблицах 2 и 3 представлен примерный набор элементов, из которых составляется комбинация.

Таблица 2. – Примерный набор элементов для составления задания школьного этапа по разделу «Гимнастика» (девушки)

Элементы	Классы		
	5-6	7-8	9-11
Равновесие в стойке на носках с различными положениями (движениями) рук	+		

Равновесие на одной ноге, другую согнуть вперёд, носком стопы коснуться колена опорной ноги, держать	+		
Равновесие на одной ноге, другую вперед (пятка поднятой ноги не ниже 45°), держать		+	
Переднее равновесие («ласточка»), держать			+
Сед углом, держать		+	
Сед углом, руки в стороны, держать			+
Стойка на лопатках	+	+	
Стойка на лопатках без помощи рук			+
Мост из положения лёжа, держать	+		
Из моста, держать – поворот направо (налево) кругом в упор присев		+	

Элементы	Классы		
	5-6	7-8	9-11
Из стойки на ногах, опускание в мост, держать			+
Кувырок вперёд	+	+	+
Кувырок вперёд в стойку на лопатках			+
Кувырок вперёд прыжком			+
Кувырок вперёд согнувшись в стойку ноги врозь			+
Кувырок назад	+	+	+
Кувырок назад согнувшись в стойку ноги врозь и вместе	+	+	
Прыжок вверх ноги врозь	+	+	
Прыжок вверх прогнувшись	+	+	
Прыжок вверх с поворотом на 180°		+	
Прыжок вверх с поворотом на 360°			+
Прыжок со сменой согнутых ног вперёд		+	+
Переворот в сторону («колесо»)		+	+
Разновидности наклонов вперёд из различных и.п., держать	+	+	+

Таблица 3. – Примерный набор элементов для составления задания школьного этапа по разделу «Гимнастика» (юноши)

Элементы	Классы		
	5-6	7-8	9-11
Равновесие в стойке на носках с различными положениями (движениями) рук	+		

Равновесие на одной, другую согнуть вперёд, носком стопы коснуться колена опорной ноги, держать	+		
Фронтальное равновесие (пятка поднятой ноги не ниже 45°), держать		+	
Переднее равновесие («ласточка»), держать			+
Фронтальное равновесие с захватом за бедро (пятка поднятой ноги не ниже 90°), держать			+
Разновидности наклонов вперёд из различных и.п., держать	+	+	+
Сед углом и сед углом, руки в стороны	+	+	+
Стойка на лопатках	+	+	+
Стойка на голове и руках (толчком и силой)		+	+
Кувырок вперёд	+	+	+

Элементы	Классы		
	5-6	7-8	9-11
Кувырок вперёд в стойку на лопатках			+
Кувырок вперёд прыжком			+
Кувырок вперёд согнувшись в стойку ноги врозь			+
Кувырок назад	+	+	+
Кувырок назад согнувшись в стойку ноги врозь и вместе	+	+	+
Прыжок вверх прогнувшись	+	+	
Прыжок вверх ноги врозь	+	+	
Прыжок вверх с поворотом на 180°		+	
Прыжок вверх с поворотом на 360°			+
Прыжок со сменой согнутых ног вперёд		+	+
Прыжок со сменой прямых ног вперёд			+
Переворот в сторону («колесо»)		+	+

Муниципальная (региональная) предметно-методическая комиссия определяет «стоимость» каждого элемента. Общая суммарная «стоимость» всех акробатических элементов составляет максимальную оценку за упражнение – 10 баллов.

Примеры акробатических упражнений представлены в таблицах 4 и 5.

Таблица 4. – Акробатическое упражнение 7-8 классы (девушки)

№ п/п	Элементы/связки	Стоимость
	И. п. – о. с.	
1.	Два кувырка вперед в упор присев	0,5 + 0,5
2.	Прыжок вверх с поворотом на 180° руки вверх – упор присев – кувырок назад – кувырок назад в упор стоя согнувшись с выпрямлением в основную стойку	0,5 + 0,5 + 1,0
3.	Фронтальное равновесие (пятка поднятой ноги не ниже 45°), держать – махом одной, толчком другой переворот в сторону («колесо») в стойку ноги врозь, руки в стороны – приставляя правую (левую) с поворотом направо (налево), упор присев.....	1,0 + 1,5
4.	Перекатом назад в группировке, лечь на спину – согнуть руки и ноги «мост», держать – согнуть руки и ноги, лечь на спину – выпрямить ноги, руки вверх.....	1,0
5.	Сгибаясь, сед согнув ноги – сед углом, держать – сед с наклоном вперёд, руки вверх, держать – перекаат назад в стойку на лопатках без помощи рук, держать	1,0 + 0,5 + 1,0
6.	Перекаат вперёд в группировке в упор присев и прыжок вверх ноги врозь, руки вверх	0,5 + 0,5
		10,0

Таблица 5. – Акробатическое упражнение 9-11 класс (юноши)

№ п/п	Элементы/связки	Стоимость
	И.п. – «старт пловца»	
1.	Кувырок вперёд прыжком – прыжок вверх с поворотом на 360°	1,5 + 1,0
2.	Равновесие на правой (левой), левую (правую) назад, руки в стороны («Ласточка»), держать – приставить левую (правую) в стойку, руки вверх и махом одной, толчком другой переворот вправо (влево) в стойку ноги врозь («колесо») – поворот направо (налево), приставить левую (правую) в упор присев, сед на пятках	1,0 + 1,0
3.	Стойка на голове и руках, держать – упор присев, упор лежа – поворот направо кругом в упор лёжа сзади – сед – перекат назад согнувшись в стойку на лопатках без помощи рук, держать	1,0 + 0,5 + 0,5
4.	Перекат вперёд в сед углом, руки в стороны, держать – наклон вперёд, руки вверх, держать	0,5 + 0,5 + 0,5
5.	Два кувырка назад согнувшись в упор стоя согнувшись с последующим выпрямлением в основную стойку	1,0 + 1,0

Испытание по разделу «Спортивные игры» может состоять из испытаний по отдельным видам спорта (баскетбол, футбол, волейбол, флорбол, гандбол и т. д.), а также носить комплексный характер. Примерный набор элементов для составления задания школьного этапа по разделу «Спортивные игры» представлен в таблице 6.

Таблица 6. – Примерный набор элементов для составления задания школьного этапа по разделу «Спортивные игры»

Элементы	Классы		
	5-6	7-8	9-11
Баскетбол			
Передвижение без мяча в стойке баскетболиста правым, левым боком, спиной вперёд	+	+	+
Ведение мяча по прямой	+	+	+
Ведение мяча с изменением направления		+	+
Ведение – 2 шага – бросок мяча в кольцо		+	+
Бросок мяча в кольцо после остановки	+	+	+
Штрафной бросок			+
Подбор мяча после броска		+	+
Передача и ловля мяча	+	+	+
Футбол			
Передвижение без мяча	+	+	+

Элементы	Классы		
	5-6	7-8	9-11
Ведение мяча по прямой	+	+	+
Ведение мяча с изменением направления		+	+
Удар мяча по воротам после остановки верхом, низом правой и левой ногой	+	+	+
Удар мяча по воротам в движении верхом, низом, правой и левой ногой			+
Жонглирование мячом			+
Флорбол			
Передвижение без мяча	+	+	+
Ведение мяча по прямой	+	+	+
Ведение мяча с изменением направления		+	+
Удар мяча по воротам после остановки верхом, низом	+	+	+
Удар мяча по воротам в движении верхом, низом		+	+
Волейбол			
Нижняя прямая подача мяча из зоны подачи в указанную зону	+	+	+
Верхняя прямая подача мяча из зоны подачи в указанную зону		+	+
Подача мяча в прыжке из зоны подачи в указанную зону		+	+
Верхняя передача мяча над собой на месте	+	+	+
Верхняя передача мяча над собой в движении		+	+

Испытание по разделу «Прикладная физическая культура» может быть организовано в форме преодоления полосы препятствий, задания которой представляют собой выполнение физических упражнений прикладного характера, либо в форме комплекса отдельных упражнений. В содержание испытания по разделу «Прикладная физическая культура» возможно включение технических элементов спортивных игр, акробатики и др. Примерный набор элементов для составления задания школьного этапа по разделу «Прикладная физическая культура» (полоса препятствий) представлен в таблице 7.

Таблица 7. – Примерный набор элементов для составления задания школьного этапа по разделу «Прикладная физическая культура»

Элементы	Классы		
	5-6	7-8	9-11
Подтягивание из виса на высокой перекладине/	+	+	+

Элементы	Классы		
	5-6	7-8	9-11
сгибание-разгибание рук в упоре лёжа			
Прыжок в длину с места	+	+	+
Кувырок вперед	+		
Два кувырка вперёд	+	+	
Три кувырка вперёд		+	+
Бег по напольному бревну	+	+	+
Прыжки через скакалку	+	+	+
Метание мяча в цель	+	+	+
Перенос набивных мячей (дев. – 1 кг, юн. – 2 кг)	+	+	+
Бег «змейкой»	+	+	+
Бег через координационную лестницу	+	+	+
Челночный бег	+	+	+
Бег со сменой направления движения	+	+	+
Броски набивного мяча из различных положений в цель и на дальность		+	+
Прыжки через препятствия высотой до 0,5 м		+	+
Прыжки на одной ноге, на двух ногах	+	+	+
Ползание под препятствием высотой 0,5 – 0,7 м, длиной 5-10 м	+	+	+
Стрельба из электронного оружия		+	+

В комплект олимпиадных заданий практического испытания олимпиады по каждой возрастной группе (классу) входят: программа практического испытания, регламент его проведения, схема испытания (при необходимости), критерии и методика оценивания выполненных олимпиадных заданий.

Необходимое материально-техническое обеспечение для выполнения олимпиадных заданий школьного этапа олимпиады

Для проведения всех мероприятий олимпиады необходима соответствующая материальная база, которая включает в себя элементы для проведения двух видов индивидуальных состязаний участников – теоретико-методического и практического.

Теоретико-методическое испытание проводится в аудитории, оснащённой столами и

стульями. При выполнении теоретико-методического задания все учащиеся должны быть обеспечены всем необходимым для выполнения задания: авторучкой, бланком заданий (вопросником), бланком ответов, при необходимости черновиком.

Желательно обеспечить участников ручками с чернилами одного, установленного организатором, цвета. Для кодирования работ члены жюри должны быть обеспечены авторучками и ножницами.

Практические испытания. Для проведения практических испытаний школьного и муниципального этапов, центральная предметно-методическая комиссия рекомендует предусмотреть следующее оборудование:

- дорожка из гимнастических матов или гимнастический настил для вольных упражнений не менее 12 метров в длину и 1,5 метра в ширину (для выполнения конкурсного испытания по акробатике). Вокруг дорожки или настила должна иметься зона безопасности шириной не менее 1,0 метра, полностью свободная от посторонних предметов;

- площадка со специальной разметкой для игры в гандбол, футбол или флорбол (для проведения конкурсного испытания по гандболу, футболу или флорболу). Вокруг площадки должна иметься зона безопасности шириной не менее 1 метра, полностью свободная от посторонних предметов. Должны быть в наличии ворота размером 3×2 метра, ворота для флорбола, клюшки и мячи для игры в флорбол, необходимое количество гандбольных, футбольных мячей, фишек-ориентиров, стоек;

- площадка со специальной разметкой для игры в баскетбол или волейбол. Вокруг площадки должна иметься зона безопасности шириной не менее 1 метра, полностью свободная от посторонних предметов. Баскетбольные щиты с кольцами или волейбольные стойки с натянутой волейбольной сеткой, необходимое количество баскетбольных (волейбольных) мячей, фишек-ориентиров, стоек;

- легкоатлетический стадион с беговой дорожкой 400 м (200 м) по кругу или манеж с беговой дорожкой 200 метров (для проведения конкурсного испытания по лёгкой атлетике);

- легкоатлетический стадион, манеж или спортивный зал для проведения конкурсного испытания по прикладной физической культуре;

- компьютер (ноутбук) со свободно распространяемым программным обеспечением;

- контрольно-измерительные приспособления (рулетка на 15 метров; секундомеры; калькуляторы);

- звуковоспроизводящая и звукоусиливающая аппаратура;

- микрофон.

Комплект материалов практической части олимпиадных заданий рекомендуется передать в оргкомитет соответствующего этапа не позднее чем за 2 дня до начала испытаний,

задания теоретико-методического испытания – в день проведения соответствующего этапа олимпиады.

Перечень справочных материалов, средств связи и электронно-вычислительной техники, разрешенных к использованию во время проведения олимпиады

При выполнении заданий теоретического и практического туров олимпиады **НЕ допускается** использование справочных материалов, средств связи и электронно-вычислительной техники.

Критерии и методика оценивания выполненных олимпиадных заданий

Система и методика оценивания олимпиадных заданий должна позволять объективно выявить реальный уровень подготовленности участников олимпиады.

С учетом этого, при разработке методики оценивания олимпиадных заданий предметно-методическим комиссиям рекомендуется:

- по всем теоретическим и практическим заданиям проводить начисление баллов целыми, а не дробными числами;
- размер максимальных баллов за задания установить в зависимости от уровня сложности задания, за задания одного уровня сложности начислять одинаковый максимальный балл;
- общий результат по итогам как теоретического, так и практического туров оценивать путем сложения баллов, полученных участниками за каждое теоретическое или практическое задание.

Оценка выполнения участником любого задания **не может быть отрицательной**, минимальная оценка, выставляемая за выполнение отдельно взятого задания **0 баллов**.

Методика оценки качества выполнения теоретико-методического задания

За выполнение каждого тестового задания испытуемому выставляются баллы (табл. 13).

Таблица 8. – Примерная система оценивания качества выполнения теоретико-методического испытания

Типы заданий	Критерии и методика оценивания
Задания в закрытой форме	Правильный ответ оценивается в 1 балл, неправильный – 0 баллов. Ответ несколькими вариантами ответов, с исправлениями и зачеркиваниями оценивается как неверный

Задания в закрытой форме с выбором нескольких правильных ответов	Полный правильный ответ оценивается в 1,0 балл, если в ответе указан хотя бы один неверный ответ, то он может оцениваться как неверный, либо оценивается каждый ответ – в зависимости от количества предложенных вариантов ответа определяется «стоимость» каждого из них. Например, если ответ содержит 4 варианта ответов, то каждая позиция оценивается в 0,25 балла. При этом за правильный ответ даётся + 0,25 балла, за неправильный – 0 баллов или минус 0,25 баллов, однако минимальное количество баллов за вопрос не может быть менее 0 баллов. Ответ с исправлениями и зачеркиваниями оценивается как неверный
Задания в открытой форме	Каждый правильный ответ оценивается в 2,0 балла, а каждый неправильный – в 0 баллов. Ответы с ошибками в написании слов, зачеркиваниями и исправлениями оцениваются как неверный
Задания на соответствие	Каждый правильный ответ оценивается в 0,5-1,0 балл, а каждый неправильный – в 0 баллов. Ответ с исправлениями и зачеркиваниями оценивается как неверный
Задания процессуального или алгоритмического толка	Правильное решение задания процессуального или алгоритмического толка оценивается в 1-2 балла, неправильное решение – в 0 баллов. Ответ с исправлениями и зачеркиваниями оценивается как неверный
Задания, предполагающие перечисление	В заданиях, связанных с перечислениями или описаниями, каждая верная позиция оценивается в 0,5-1,0 балл (квалифицированная оценка). Ответы с ошибками в написании слов, зачеркиваниями и исправлениями оцениваются как неверный ответ
Задания с иллюстрациями	Каждое верно описанное изображение оценивается в 0,5-1,5 балла. Ответы с ошибками в написании слов, зачеркиваниями и исправлениями оцениваются как неверный ответ
Задания-кроссворды	Каждый правильный ответ при выполнении задания-кроссворда оценивается в 1,0 -1,5 балла, неправильный ответ – в 0 баллов. Ответы с ошибками в написании слов, зачеркиваниями и исправлениями оцениваются как неверный ответ
Задания-задачи	Требуется квалифицированная оценка. Полный правильный ответ оценивается в 3-5 балла (в зависимости от сложности задания), а также оценивается частично правильный ответ

Максимальное количество баллов, которое возможно набрать участнику в теоретико-методическом испытании, формируется из суммы максимально возможных баллов по каждому типу заданий в тестовой форме. Например, в теоретико-методическом задании было 10 заданий в закрытой форме, 5 заданий в открытой форме, 3 задания на соответствие (по 4 в каждом), 2 задания на перечисление, 1 задание на графическое изображение и 1 задание-кроссворд.

Максимально возможный балл, который может получить участник олимпиады, составит:

1 балл · 10 = 10 баллов (в закрытой форме);

2 балла · 5 = 10 баллов (в открытой форме);

4 балла · 3 = 12 баллов (на соответствие);

3 балла · 2 = 6 баллов (на перечисление);

3 балла · 1 = 3 балла (с иллюстрациями);

2 балла · 6 = 12 баллов (задание-кроссворд).

Итого: (10 + 10 + 12 + 6 + 3 + 12) = 53 балла.

Данный показатель будет необходим для выведения «зачетного» балла каждому участнику олимпиады в теоретико-методическом задании.

Методика оценки качества выполнения практических заданий

По разделу «Гимнастика» судьи оценивают качество выполнения упражнения в сравнении с идеально возможным вариантом, учитывая требования к технике исполнения отдельных элементов.

При выставлении окончательной оценки каждый из судей вычитает из **10** баллов сбавки, допущенные участником при выполнении элементов и соединений.

Окончательная оценка максимально может быть равна **10 баллов**.

Требования к спортивной форме. 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 колени. Футболки и майки не должны быть надеты поверх шорт, трико или лосин. Упражнение может выполняться в носках, гимнастических тапочках (чешках) или босиком. Использование украшений и часов не допускается. Допускается использование тейпов (бандажей, напульсников, наколенников, голеностопов), надёжно закреплённых на теле. В случае если во время упражнения эти вещи открепляются, участник несёт за них личную ответственность, а судьи вправе сделать сбавку.

Нарушение требований к спортивной форме наказывается снятием **0,5** баллов с окончательной оценки участника.

Испытания девушек и юношей проводятся в виде выполнения акробатического

упражнения, которое имеет строго обязательный характер. В случае изменения установленной последовательности элементов упражнение не оценивается, и участник получает **0** баллов.

Если участник не сумел выполнить какой-либо элемент, то оценка снижается на указанную в программе «стоимость» элемента или соединения, включающего данный элемент.

Упражнение должно иметь чётко выраженное начало и окончание, выполняться со сменой направления, динамично, слитно, без неоправданных пауз. Фиксация статических элементов не менее **2** секунд.

Выполнение упражнения оценивается судейской бригадой, состоящей из трёх человек. Судьи должны находиться друг от друга на расстоянии, не позволяющем обмениваться мнениями до выставления оценки.

При выставлении оценки большая 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 0,3 балла. Окончательная оценка выводится с точностью до 0,1 балла.

Оценка качества выполнения практического задания по спортивным играм, прикладной физической подготовке и заданиям (физическим упражнениям), отражающим национальные и региональные особенности, складывается из времени, затраченного участником олимпиады на выполнение всего конкурсного испытания и штрафного времени (за невыполнение или нарушение техники отдельных приёмов). Результаты всех участников ранжируются по возрастающей: лучшее показанное время – 1-е место, худшее последнее. Участнику, показавшему лучшее время, начисляются максимально возможные «зачётные» баллы (их устанавливают организаторы соответствующих этапов олимпиады); остальным – меньше на процент, соответствующий разнице с лучшим показанным временем. Формула, по которой рассчитываются «зачётные» баллы по практическим заданиям, будет представлена ниже.

Качество выполнения практического задания по лёгкой атлетике оценивается по показанному времени каждым участником на соответствующей дистанции и их ранжированию по возрастающей: лучшее показанное время – 1-е место, худшее – последнее. Участнику, показавшему лучшее время, начисляются максимально возможные «зачётные» баллы (их устанавливают организаторы соответствующих этапов олимпиады); остальным – меньше на процент, соответствующий разнице с лучшим показанным временем.

Подведение итогов олимпиады

В общем зачёте школьного этапа олимпиады определяются победители и призёры.

Итоги подводятся отдельно для юношей и девушек по группам: мальчики 5-6 классы, девочки 5-6 классы, юноши 7-8 классы, девушки 7-8 классы, юноши 9-11 классы и девушки 9-11 классы.

Для определения победителей и призёров олимпиады, а также общего рейтинга участников олимпиады рекомендуем использовать 100-балльную систему оценки результатов участников олимпиады, т.е. максимально возможное количество баллов, которое может набрать участник за оба тура олимпиады, составляет 100 баллов. За теоретико-методическое задание – 20 баллов, за каждое практическое задание – по 40 баллов.

Итоги каждого испытания оцениваются по формулам:

$$X_i = \frac{K * N_i}{M} \quad (1)$$

$$X_i = \frac{K * M}{N_i} \quad (2)$$

где X_i – «зачётный» балл i -го участника;

K – максимально возможный «зачётный» балл в конкретном задании (по регламенту);

N_i – результат i -го участника в конкретном задании;

M – максимально возможный или лучший результат в конкретном задании.

«Зачётные» баллы по теоретико-методическому заданию рассчитываются по формуле (1).

Например, результат участника в теоретико-методическом задании составил 33 балла ($N_i = 33$) из 53 максимально возможных ($M = 53$).

Организатор школьного этапа установил максимально возможный «зачётный» балл по данному заданию – 20 баллов ($K = 20$). Подставляем в формулу (1) значения N_i , K и M и получаем «зачётный» балл: $X_i = 20 \cdot 33 / 53 = 12,45$ балла.

Обращаем ваше внимание, что максимальное количество «зачётных» баллов за теоретико-методический конкурс (20) может получить участник, набравший максимальный результат в данном конкурсе (в данном примере – 53 балла). Участник, показавший лучший результат, но НЕ набравший в теоретико-методическом конкурсе максимальное количество баллов, НЕ МОЖЕТ получить максимальный «зачётный» балл – 20.

Расчёт «зачётных» баллов участника по лёгкой атлетике, спортивным играм, прикладной физической культуре проводится по формуле (2), так как лучший результат в этих испытаниях в абсолютном значении меньше результата любого другого участника.

Например, при $N_i = 53,7$ с (личный результат участника), $M = 44,1$ с (наилучший

результат из показанных в испытании) и $K = 40$ (установлен предметной комиссией) получаем:

$$\frac{40 \times 44,1}{53,7} = 32,84 \text{ (б.)}$$

Таким образом, за лучший результат в испытаниях по лёгкой атлетике, спортивным играм, прикладной физической культуре (в данном примере – 44,1 с) участник получает максимальный «зачётный» балл (в данном примере – 40).

«Зачётный» балл по гимнастике (акробатике) рассчитывается по формуле (3):

$$X_i = \frac{K * N_i}{M} \quad (3)$$

где X_i – «зачётный» балл i -го участника;

K – максимально возможный «зачётный» балл в конкретном задании (по регламенту);

N_i – результат i -го участника в конкретном задании;

M – лучший результат в испытании.

Например, при $N_i = 8,7$ балла (личный результат участника), $M = 9,7$ балла (лучший результат в испытании) и $K = 40$ (установлен предметной комиссией) получаем.

$$\frac{40 \times 8,7}{9,7} = 35,87 \text{ (б.)}$$

Для определения лучших участников в каждом конкурсном испытании результаты ранжируются.

Личное место участника в общем зачёте определяется по сумме «зачётных» баллов, полученных в результате выполнения всех испытаний.

Участник, набравший наибольшую сумму «зачётных» баллов по итогам всех испытаний, является победителем. В случае равных результатов у нескольких участников, победителями признаются все участники, набравшие одинаковое количество «зачётных» баллов. При определении призёров, участники, набравшие равное количество баллов, ранжируются в алфавитном порядке.

Если участник не выступал в каком-либо виде, его итоговый результат не учитывается при ранжировании, при этом может указываться причина неучастия, например, «сошёл», «снят врачом», «не явился». В итоговом протоколе у него будет место после участников, прошедших все конкурсные испытания.

Окончательные результаты всех участников фиксируются в итоговой таблице, представляющей собой ранжированный список участников, расположенных по мере убывания набранных ими баллов. Участники с одинаковыми баллами располагаются в алфавитном порядке.

На основании итоговой таблицы и в соответствии с квотой, установленной организатором школьного этапа, жюри определяет победителей и призёров школьного этапа олимпиады. Участник, не прошедший все предусмотренные программой испытания, не может претендовать на статус «победитель» или «призер».

На школьном этапе в каждой образовательной организации определяются победители и призёры. Не допускается подведение итогов школьного этапа всероссийской олимпиады школьников по физической культуре на основании сопоставления результатов, участников из различных образовательных организаций.

Использование учебной литературы и Интернет-ресурсов при подготовке школьников к олимпиаде

При подготовке участников к школьному и муниципальному этапам олимпиады целесообразно использовать следующие нижеприведенные источники:

1. Афонькин С. Ю. Анатомия человека: Школьный путеводитель – СПб: БКК, 2012. – 96 с.
2. Балашова В. Ф. Физическая культура: тестовый контроль знаний: методическое пособие – 2-е изд. / В.Ф. Балашова, Н.Н. Чесноков. – М.: Физическая культура, 2009.
3. Всероссийская олимпиада школьников по физической культуре в 2006 году / под общ. ред. Н. Н. Чеснокова. – М.: АПКИППРО, 2006.
4. Гимнастика на Всероссийских олимпиадах школьников по физической культуре: методическое пособие / под общ. ред. Н. Н. Чеснокова. – М.: Физическая культура, 2010.
5. Гурьев С. В. Физическая культура. 8-9 класс: учебник / С. В. Гурьев, М. Я. Виленский. – М.: Русское слово, 2012.
6. Красников А. А. Тестирование теоретико-методических знаний в области физической культуры и спорта: учебное пособие / А. А. Красников, Н. Н. Чесноков. – М.: Физическая культура, 2010.
7. Лагутин А. Б. Гимнастика в вопросах и ответах: учебное пособие: рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / А. Б. Лагутин, Г. М. Михалина. – М.: Физическая культура, 2010. – 128 с.: ил.
8. Лукьяненко В. П. Физическая культура: основа знаний: учебное пособие / В. П. Лукьяненко. – М.: Советский спорт, 2003.
9. Лях В. И. Физическая культура. 10-11 классы: учеб. для общеобразоват. учреждений / В. И. Лях, А. А. Зданевич / под ред. В. И. Ляха. – 7-е изд. – М.: Просвещение, 2012.
10. Лях В. И. Физическая культура. 1-4 классы: учеб для общеобразоват. организаций / В. И. Лях. – 7-е изд., перераб. и доп. – М.: Просвещение, 2019. – 175 с.: ил. – (Школа России).
11. Матвеев А. П. Физическая культура. 5 класс: учеб для общеобразоват. организаций / А. П. Матвеев. – 9-е изд. – М.: Просвещение, 2019. – 127 с.: ил.

12. Матвеев А. П. Физическая культура: 6-7 классы: учебники для учащихся общеобразовательных учреждений / А. П. Матвеев. – М.: Просвещение, 2019. – 192 с.: ил.
13. Матвеев А. П. Физическая культура. 10-11 классы: учеб для общеобразоват. организаций: базовый уровень / А. П. Матвеев. – 9-е изд. – М.: Просвещение, 2019. – 319 с.: ил.
14. Матвеев А. П. Физическая культура. 8-9 классы: учебник для общеобразовательных учреждений / А. П. Матвеев. – М.: Просвещение, 2012.
15. Матвеев А. П. Физическая культура: 10-11 классы: учебник для учащихся общеобразовательных организаций / А. П. Матвеев, Е. С. Палехова. – 2-е изд. Стереотип. – М.: Вентана-Граф, 2019. – 160 с.
16. Погадаев Г. И. Физическая культура. 7-9 классы: учебник / Г. И. Погадаев. – М.: Дрофа, 2012.
17. Твой олимпийский учебник [Текст]: учеб. пособие для олимпийского образования / В. С. Родиченко и др.; Олимпийский комитет России. – 27-е изд., перераб. и дополн. – М.: Спорт, 2019. – 216 с. : ил.
18. Физическое воспитание в школе: легкая атлетика / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Г. Н. Германов. – М.: Физическая культура, 2014.
19. Физическая культура. 5-6-7 классы: учебник / М. Я. Виленский, И. М. Туревский, Т. Ю. Торочкова. – М.: Просвещение, 2011.
20. Физическая культура. 8-9 классы: Учебник для общеобразоват. учреждений / Т. В. Петрова, Ю. А. Копылова, Н. В. Полянская, С. С. Петров. – М.: Вентана-Граф / Учебник, 2019. – 126 с.
21. Физическая культура: учебник для учащихся 10 классов образовательных учреждений с углубленным изучением предмета «Физическая культура» / под общ. ред. А. Т. Паршикова, В. В. Кузина, М. Я. Виленского. – М. : СпортАкадемПресс, 2003.
22. Физическая культура: учебник для учащихся 11-х классов образовательных учреждений с углубленным изучением предмета «Физическая культура» / под общ. ред. А. Т. Паршикова, В. В. Кузина, М. Я. Виленского. – М. : СпортАкадемПресс, 2003.
23. Чесноков Н. Н. Тестирование теоретико-методических знаний в области физической культуры и спорта. / Н. Н. Чесноков, А. А. Красников. – М.: СпортАкадемПресс, 2002.
24. Чесноков Н. Н. Олимпиада по предмету «Физическая культура» / Н. Н. Чесноков, В. В. Кузин, А. А. Красников. – М.: Физическая культура, 2005.
25. Чесноков Н. Н. Теоретико-методические задания на Всероссийской олимпиаде школьников по предмету «Физическая культура» / Н. Н. Чесноков, Д. А. Володькин. – М.: Физическая культура, 2014.
26. Чесноков Н. Н. Практические испытания на Всероссийской олимпиаде школьников по предмету «Физическая культура»: методическое пособие / Н. Н. Чесноков, Д. А. Володькин.

– М.: Физическая культура, 2016.

27. Чесноков Н. Н. Содержание программ раздела «Гимнастика» регионального и заключительного этапов Всероссийской олимпиады школьников по предмету «Физическая культура» / Н. Н. Чесноков, Г. М. Михалина. – М.: Физическая культура, 2019.

28. Чесноков Н. Н. Теоретико-методические задания на региональных этапах Всероссийской олимпиады школьников по предмету «Физическая культура» / Н. Н. Чесноков. – М.: Физическая культура, 2019.

Интернет-источники:

1. <https://olympic.ru/> Сайт Олимпийского комитета России.
2. <http://lib.sportedu.ru/> Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту
3. <https://rusada.ru/> Российское антидопинговое агентство.
4. <http://vserosolymp.rudn.ru/> Всероссийская олимпиада школьников и международные олимпиады школьников по общеобразовательным предметам
5. <http://www.rsl.ru/> Российская Государственная библиотека
6. http://www.schoolpress.ru/products/magazines/index.php?SECTION_ID=49&MAGAZINE_ID=96088 / Журнал «Физическая культура в школе»
7. https://volley.ru/assets/files/documents/466/4175_document.pdf / Официальные волейбольные правила .
8. <https://rfs.ru/search?section=documents&q=%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%B2%D0%B8%D0%BB%D0%B0/> правила игры в футбол 2019/20
9. [https://rushandball.ru/Files/Documents/Pravila_gandbol_2023_izmenenie_1_1d611316c0%20\(2\).pdf](https://rushandball.ru/Files/Documents/Pravila_gandbol_2023_izmenenie_1_1d611316c0%20(2).pdf) / Правила вида спорта «Гандбол»
10. <https://sudact.ru/law/prikaz-minsporta-rossii-ot-16032017-n-182/pravila-vida-sporta-basketbol> / Официальные правила баскетбола
11. https://russwimming.ru/upload/documents/2023/Pravila_plavanie_2023_deustvuyut_s_1_ya_nvary_2024.pdf / Правила ФИНА по плаванию