

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ  
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА 2025–2026 уч. г.  
МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП. 7–8 КЛАССЫ

**ПРАКТИЧЕСКИЙ ТУР**

**Комплексное испытание  
(баскетбол, футбол, прикладная физическая культура)  
Девочки и мальчики**

**Регламент задания «Комплексного испытания»**

**1. Руководство испытаниями**

Руководство для проведения испытаний состоит из:

- главного судьи;
- судей по видам.

**2. Спортивная форма**

- 2.1. Участники должны быть одеты в спортивные трусы, футболку и кроссовки.
- 2.2. Во время испытания ношение ювелирных украшений не допускается.

**3. Порядок выступления**

- 3.1. Для проведения испытаний участники распределяются по сменам в соответствии со стартовым номером.
- 3.2. Перед началом испытаний должны быть названы: фамилия, имя или стартовый номер каждого участника. После вызова у участника есть 15 с, чтобы начать выполнение упражнения.
- 3.3. Оценка действий участника начинается с момента принятия исходного положения. Сигналом готовности участника к началу выступления служит поднятая вверх рука. После этого даётся сигнал к началу выполнения испытания.
- 3.4. Все участники одной смены должны находиться в специально отведённом для них месте. Их поведение не должно мешать другим участникам.
- 3.5. За нарушения дисциплины или неспортивное поведение главный судья имеет право отстранить участника от участия в испытании.

#### **4. Повторное выступление**

4.1. Выступление участника не может быть начато повторно, за исключением случаев, вызванных непредвиденными обстоятельствами, к которым относятся: поломка оборудования, произошедшая в процессе выступления; неполадки в работе общего оборудования – освещение, задымление помещения и т. п.

4.2. При возникновении указанных выше ситуаций участник должен немедленно прекратить выступление. Если выступление будет завершено, оно будет оценено.

4.3. Только главный судья имеет право разрешить повторное выполнение упражнения. В этом случае участник выполняет своё упражнение сначала, после выступления всех участников.

#### **5. Разминка**

Перед началом выступлений участникам предоставляется разминка из расчёта не более 1 минуты на одного участника.

#### **6. Судьи**

Главный судья определяет состав судейской бригады, оценивающей выступление участников.

#### **Методические указания к выполнению задания «Комплексное испытание»**

1. Все задания выполняются (располагаются) строго последовательно, по периметру спортивного зала (рекомендуется  $24 \times 12$  м) на безопасном расстоянии от стены.
2. Основой для разметки выполнения задания «Комплексное испытание» является разметка баскетбольной площадки.

#### **Методика оценивания результатов**

1. Секундомер включается по команде «марш»/свисток перед выполнением первого задания.
2. Остановка секундомера осуществляется в момент пересечения мячом линии ворот после удара. Время, затраченное на выполнение испытания, определяется с точностью до 0,01 секунды.
3. Результатом является общее время выполнения всех упражнений (в секундах с точностью до сотых долей секунды), включая «штрафные» секунды.
4. Чем меньше времени затрачено на выполнение упражнения, тем выше результат.
5. Невыполнение одного из заданий – штраф 180 секунд.
6. Все участники ранжируются по местам.

**Последовательность выполнения упражнений «Комплексное испытание»**

№	Содержание упражнений	Требования к выполнению	Оборудование и инвентарь	Примечания
1	Баскетбол	По команде судьи «марш»/свисток, участник подбегает к баскетбольному мячу № 1, берёт мяч и выполняет бросок мяча с места в кольцо с левой стороны. Далее перемещается к баскетбольному мячу № 2. Берёт баскетбольный мяч № 2 и начинает выполнять ведение к стойке № 1. Стойку № 1 обводит с правой стороны и перемещается к стойке № 2. Обводит её с левой стороны и перемещается к стойке № 3. Обводит её с правой стороны, далее, выполняя ведение правой рукой к кольцу, выполняет бросок мяча в кольцо правой рукой, используя двушажную технику броска. Далее участник перемещается к этапу № 2	Линия старта 1,5 м смещена от проекции баскетбольного мяча на 3 м в сторону. Мяч № 1 лежит в зоне броска № 1. Зона броска мяча № 1 1×1 м располагается на расстоянии 1 м от проекции баскетбольного щита и на 1 м от середины зала. Баскетбольный мяч № 2 располагается на расстоянии 3,5 м в сторону от проекции баскетбольного щита. Стойка № 1 располагается на расстоянии 5 м от проекции баскетбольного щита и смещена в сторону на 4 м. Стойка № 2 располагается на расстоянии 3 м от проекции баскетбольного щита. Стойка № 3 располагается на расстоянии 5 м от проекции баскетбольного щита и смещена в сторону на 4 м (согласно схеме). Девочки и мальчики выполняют задание баскетбольным мячом № 6	– фальстарт + <b>5 с</b> – сбивание или задевание стойки + <b>3 с</b> – обводка стойки не той рукой + <b>3 с</b> – заступ/наступление на линию зоны броска (попадание в кольцо не засчитывается, добавляется штраф за непопадание в кольцо) + <b>5 с</b> – бросок с места не из зоны (попадание в кольцо не засчитывается, добавляется штраф за непопадание в кольцо) + <b>5 с</b> – оббегание стойки не с той стороны + <b>5 с</b> – необбегание одной из стоек + <b>5 с</b> – нарушение правил в технике ведения мяча пробежка (двойное ведение, пробежка, пронос мяча...) за каждое нарушение + <b>3 с</b> – выполнение броска, не используя двушажную технику (попадание в кольцо не засчитывается, добавляется штраф за непопадание в кольцо) + <b>5 с</b> – непопадание в кольцо + <b>5 с</b> – невыполнение задания + <b>180 с</b>
2	Змейка	Подбежав к заданию № 2, участник без остановки оббегает стойки любым способом. Стойку	Стойки ставятся последовательно на расстоянии 1 м. Стойка № 4 ставится на расстоянии 9 м	– сбивание или задевание стойки + <b>3 с</b>

Всероссийская олимпиада школьников. Физическая культура 2025–2026 уч. г.  
Муниципальный этап. Практический тур. Комплексное испытание. 7–8 классы

		№ 4 оббегает с правой стороны и бежит к стойке № 5. Оббегает её с левой стороны и бежит к стойке № 6. Оббегает её с правой стороны и бежит к стойке № 7. Оббегает её с левой стороны и бежит к стойке № 8. Оббегает её с правой стороны и кратчайшим путём перемещается к этапу № 3	и смещена от центра на 4,5 м от проекции баскетбольного щита (согласно схеме).	– оббегание стойки не с той стороны + <b>5 с</b> – необбегание одной из стоек + <b>5 с</b> – невыполнение задания + <b>180 с</b>
3	Футбол	Подбежав к заданию № 3, участник начинает выполнять ведение футбольного мяча. Стойку № 9 обводит с левой стороны, и перемещается к стойке № 10, обводит её с правой стороны по кругу. Стойку № 11 обводит с левой стороны по кругу. Далее выполняет ведение мяча к зоне удара по мячу в ворота, из которой выполняет удар в ворота любой ногой	Футбольный мяч размером № 5 ставится на расстоянии 1 м от стойки № 8. Стойка № 9 располагается на расстоянии 2 м от стойки № 8. Стойка № 10 располагается на расстоянии 9 м от проекции баскетбольного щита и смещена на 4,5 м от середины зала и от стойки № 9 на 2,5 м. Стойка № 11 ставится на расстоянии 13 м от проекции баскетбольного щита. Зона удара 1 × 1,5 м располагается на расстоянии 5 м от футбольных ворот. Мини – футбольные ворота ставятся на расстоянии 21 м от проекции баскетбольного щита (согласно схеме)	– сбивание или задевание стойки + <b>3 с</b> – обводка стойки не с той стороны + <b>5 с</b> – пропуск обводки одной из стоек + <b>5 с</b> – непопадание в ворота + <b>5 с</b> – выполнение удара не из зоны, наступание/заступание на линию удара, мяч вне зоны или касается линии (попадание в ворота не засчитывается, добавляется штраф за непопадание в ворота) + <b>5 с</b> – за каждое касание мяча рукой, за каждый шаг с мячом в руках + <b>5 с</b> – невыполнение задания + <b>180 с</b>

**СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ. 2025-2026 уч.г.**  
**7–8 классы**

