

**Памятка
по порядку проведения второго этапа
республиканской олимпиады по учебному предмету
«Физическая культура и здоровье» в 2022 год**

Второй этап республиканской олимпиады по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» (далее – Олимпиада) проводится **с 3 по 4 ноября 2022 года.**

Этап Олимпиады состоит из 4 туров.

Содержание туров включает в себя:

3 ноября 2022 года:

- 1 тур - теоретический тур «Основы физкультурных знаний»;
- 2 тур - спортивные игры;

4 ноября 2022 года:

- 3 тур - тестирование физической подготовленности;
- 4 тур - плавание на дистанции 50 метров.

В день открытия второго этапа Олимпиады участники предоставляют в оргкомитет:

медицинскую справку о состоянии здоровья по форме, утвержденной Министерством здравоохранения Республики Беларусь (постановление Министерства здравоохранения Республики Беларусь от 09.07.2010 № 92);

документ, удостоверяющий личность (паспорт), либо свидетельство о рождении и справку с места учебы, с фотографией, подписанная руководителем учреждения образования;

список участников, прошедших обучающее занятие по безопасному поведению (мерах безопасности) при проведении третьего этапа республиканской олимпиады по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» (приложение 1).

Перед началом каждого тура ответственным за сопровождение проводится беседа с участниками о правилах безопасного поведения при выполнении практического задания.

В состав местного оргкомитета включаются специалисты из числа педагогических работников (кроме учителей (преподавателей) по учебному предмету «Физическая культура и здоровье», руководителей физического воспитания), ответственные за сопровождение первого тура второго этапа Олимпиады, за регистрацию и ведение базы данных участников второго этапа Олимпиады, а также специалисты в сфере физического воспитания учреждения образования, на базе которого проводится второй этап Олимпиады, ответственные за сопровождение второго-четвертого туров.

Во втором этапе республиканской олимпиады результаты фиксируются членами жюри и вносятся в промежуточные протоколы.

Для проведения второго, третьего и четвертого туров спортивные площадки оснащаются необходимым спортивным инвентарем и оборудованием. Назначается ответственный за подготовку спортивных площадок, соблюдение мер безопасного поведения согласно постановлению Министерства спорта и туризма Республики Беларусь от 31.08.2018 № 60 с

последующим составлением акта.

В спортивном зале, бассейне присутствуют члены жюри для оценивания участников, выполняющих практические задания, ответственные за сопровождение тура.

Время выполнения олимпиадных заданий каждого из практических туров отсчитывается по звуковому сигналу.

Для участия во втором и третьем турах каждому участнику необходимо иметь спортивную форму и спортивную обувь.

С целью подготовки участников ко второму туру (спортивные игры), конверт с олимпиадным заданием вскрывается уполномоченным представителем 2 ноября 2022 года в присутствии всех руководителей команд.

Для участия в четвертом туре каждому участнику необходимо иметь плавки или купальник, мыло, мочалку, полотенце, шапочку, зажим для носа или очки для плавания (при необходимости), сменную обувь.

При проведении второго, третьего и четвертого туров необходимо обеспечить присутствие медицинского работника.

Итоги всех туров определяются отдельно у юношей и девушек по рейтингу мест. При равенстве суммы мест преимущество имеет участник, имеющий больше I, II, III и т.д. мест во всех турах второго этапа олимпиады.

1 тур - теоретический тур «Основы физкультурных знаний»

Первый тур проводится в письменной форме и предусматривает выполнение тестовых заданий по разделам учебной программы учебного предмета «Физическая культура и здоровье», учебной программе факультативных занятий «Введение в спортивно-педагогические профессии», учебным программам факультативных занятий спортивной направленности.

Продолжительность первого тура составляет 2 астрономических часа.

В кабинетах (аудиториях), предназначенных для выполнения олимпиадных заданий, количество специально оборудованных и пронумерованных рабочих мест должно соответствовать количеству участников. За одним столом должен находиться один человек, и рядом не могут находиться представители одной команды.

Перед началом первого тура (теоретического) второго этапа олимпиады каждый ее участник получает бланк личной карточки участника (далее – личная карточка) и проштампованные листы А4 для выполнения олимпиадного задания.

Перед выполнением задания участник заполняет соответствующие графы личной карточки.

Вскрытие конвертов и обеспечение каждого участника олимпиадным заданием осуществляет уполномоченный представитель перед началом первого тура (теоретического) второго этапа олимпиады в учреждении образования, где он проводится. Олимпиадные задания раскладываются на каждое рабочее место печатной стороной вниз.

Время выполнения олимпиадного задания отсчитывается с момента получения участниками олимпиадных заданий без учета времени на заполнение учащимися соответствующих граф личных карточек.

Во время проведения первого тура второго этапа олимпиады в кабинетах находятся ответственные за сопровождение тура.

Во время проведения первого тура учащиеся могут задавать вопросы, не относящиеся к способам, методам и сути решения задач, путем подачи вопроса в письменном виде (не более трех вопросов от одного учащегося). Ответственный за сопровождение тура олимпиады получает вопрос от учащегося на листе А4 со штампом, в котором предусмотрено место для ответа. Вопрос учащегося передается председателю (или членам) жюри, которые находятся в специально отведенной комнате. Члены жюри письменно (кратко) отвечают на поставленный вопрос и отдают ответственному за сопровождение тура олимпиады. Ответственный за сопровождение тура возвращается и вслух зачитывает во всех аудиториях вопрос и ответ на него (не передавая его учащемуся).

После завершения первого тура его участники сдают выполненные олимпиадные задания с прикрепленными к ним бланками личных карточек лицу, ответственному за сопровождение тура. Лицо, ответственное за сопровождение тура, передает работы участников ответственному для шифрования.

Шифрование работ участников осуществляет ответственный представитель после завершения первого тура (бланки ответов) и перед началом практических туров (участников). Во время шифрования каждому участнику присваивается идентификационный номер.

После шифрования работ участников ответственный представитель передает их председателю жюри для организации проверки.

Дешифрование работ участников проводится ответственным представителем после завершения теоретического тура второго этапа Олимпиады.

Данные работы после их оценивания жюри передаются уполномоченному представителю, который несет ответственность за обеспечение их конфиденциальности.

2 тур - спортивные игры (баскетбол, волейбол, гандбол, мини-футбол)

Комплексное упражнение составлено с учетом размеров стандартного школьного спортивного зала размером 24х12 м.

Во втором туре участник выполняет в спортивном зале комплексное задание, включающее элементы четырех игровых видов спорта: баскетбол, волейбол, гандбол, мини-футбол. Участнику дается 2 попытки для выполнения задания подряд.

3 тур - тестирование физической подготовленности

В третьем туре для каждого участника предусмотрено выполнение в спортивном зале следующих тестовых упражнений: челночный бег 4 х 9 метров, прыжок в длину с места, подтягивание в висе на перекладине (юноши), поднимание и опускание туловища за 1 минуту (девушки), наклон вперед из исходного положения сидя на полу.

Перед началом выполнения тестовых упражнений участник самостоятельно выполняет разминку.

Челночный бег 4х9 м выполняется на половине волейбольной площадки. В забеге стартуют два участника из различных команд.

На лицевую линию кладут два бруска 50х50х100 мм на расстоянии 10 см друг от друга.

Количество участников в одном забеге – не более 2 человек.

По команде «Приготовиться!» участники подходят к линии старта и принимают положение высокого старта по направлению к лицевой линии, где напротив каждого участника лежат два бруска.

По команде «Марш!» участники стартуют от средней линии, подбегают к лицевой, берут один брусок, возвращаются к средней линии и кладут его на линию (бросать брусок запрещено!). Затем бегут к лицевой линии, берут второй брусок и финишируют с ним.

Участникам предоставляется 2 попытки подряд. Результат бега измеряется с точностью до 0,01 с. В протокол вносится лучший результат из двух попыток.

При выполнении фальстарта участнику засчитывается попытка.

Прыжок в длину с места выполняется в спортивном зале на деревянном полу одновременным толчком двух ног. Не допускается выполнять прыжки босиком. Каждый участник выполняет 3 попытки подряд. В протокол вносится лучший результат из трех попыток.

Подтягивание в висе на перекладине (юноши) выполняется из исходного положения вис хватом сверху.

Во время выполнения упражнения не допускаются сгибания коленей и туловища, движения ногами, рывки и раскачивания, перехваты рук. Подтягивание засчитывается, если подбородок находится выше уровня перекладины, а при опускании руки полностью выпрямляются в локтевых суставах.

Поднимание и опускание туловища за 1 минуту (девушки) выполняется на гимнастических матах из исходного положения лежа на спине, руки скрестно перед грудью, кисти на анатомическом плече. Угол в коленном суставе 90 градусов, стопы зафиксированы на полу или прижимаются партнером к полу хватом за голеностопный сустав. Засчитывается количество выполненных циклов: поднимание туловища, касание локтями коленей с последующим опусканием в исходное положение до касания лопатками мата.

Наклон вперед из положения сидя на полу выполняется с использованием специального измерительного устройства с точностью до 1 см.

В соответствии с показанными результатами в каждом из четырех конкурсных (тестовых) упражнений каждому участнику определяется место (ранг) среди всех участников. Затем места суммируются.

Итоговое место каждого участника в тестировании определяется по наименьшей сумме мест во всех тестах.

При одинаковой сумме мест у двух или более участников им определяется одинаковый ранг, который учитывается в итоговом ранжировании участников олимпиады.

Для определения победителей в личном зачете, в случае необходимости, будет использоваться дополнительная классификация: преимущество получает участник, показавший лучший результат в прыжках в длину с места, затем в челночном беге, затем в наклонах вперед из исходного положения сидя на полу, затем в подтягиваниях в висе на перекладине (юноши), поднимании и опускании туловища за 1 минуту (девушки).

4 тур - плавание на дистанции 50 метров.

Четвертый тур предусматривает для каждого участника задание по преодолению 50 метров в бассейне. Стилль плавания – «вольный». Участники

стартуют согласно жеребьевке. Допускается выполнять старт из воды. Участникам разрешается использовать любой из спортивных способов плавания, а также их чередование.

Итоговое место определяется отдельно у юношей и девушек по наименьшему времени, затраченному каждым участником на преодоление дистанции. Время фиксируется с точностью до 0,01 с.

В случае одинакового времени у двух и более участников, им определяется одно наивысшее место. Например, три участника проплыли 50 метров с одинаковым результатом 26,5 с, каждый из них занимает первое место. При этом участник, показавший результат 26,6 с, занимает не второе, а четвертое место.

Участнику, не проплывшему 50 м или нарушившему правила соревнований (например, передвижение ногами по дну бассейна, поворот без касания бортика, фальстарт и т.п.), определяется последнее место среди всех участников.

Во время проведения туров второго этапа олимпиады участник имеет право:

письменно задавать членам жюри вопросы по условию олимпиадного задания;

покидать место выполнения олимпиадного задания, в исключительных случаях с разрешения и в сопровождении лица, ответственного за сопровождение тура.

Во время проведения туров второго этапа олимпиады участнику запрещено:

использовать книги, другие письменные или печатные материалы, за исключением материалов, предоставленных оргкомитетом олимпиады;

делать пометки на титульном и других листах, на которых выполняются олимпиадные задания;

иметь при себе всевозможные устройства связи, электронные носители информации (мобильный телефон, электронная записная книжка, флэш-диск, CD-RW диски и др.);

обмениваться информацией с другими участниками, за исключением ответственного за проведение тура олимпиады, уполномоченного представителя, других специалистов, отвечающих за техническое обеспечение туров олимпиады.

Отбор обучающихся на третий этап республиканской олимпиады по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» будет проходить в соответствии с Порядком проведения заключительного этапа республиканской олимпиады по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» в 2023 году, будут учитываться виды спорта, входящие в республиканскую олимпиаду.

При возникновении вопросов во время проведения туров олимпиады обращаться по телефонам:

+375 44 7286795 Василевская Оксана Васильевна, заместитель начальника центра физкультурно-оздоровительной, спортивной и туристской работы.

УТВЕРЖДАЮ

(Начальник управления по образованию райисполкома, начальник управления по образованию, спорту и туризму райгорисполкома)

_____ (инициалы, фамилия)
(подпись)

«_____» _____ 2022 г.
М.П.

Список участников,
прошедших обучающее занятие по безопасному поведению (мерам безопасности)
при проведении второго этапа республиканской олимпиады по учебному
предмету «Физическая культура и здоровье»
в 2022/2023 учебном году

Ответственное лицо _____
провел обучающее занятие по безопасному поведению (мерам безопасности) в
объеме инструкции о необходимых мерах безопасности, профилактике
травматизма, нормах поведения в пути следования и в период проведения 2 этапа
республиканской олимпиады по учебному предмету «Физическая культура и
здоровье»

приказ от «___» _____ 2022 г. № ____

№ п/п	Фамилия, имя учащегося	Дата рождения	Отметка о проверке знаний (прошел, не прошел)
1.			
2.			
3.			
4.			
5...			

Ответственное лицо _____
подпись _____ Ф.И.О

дата