

Муниципальный этап всероссийской олимпиады школьников

по физической культуре 2017-2018 учебный год

Практическая часть: Акробатическая комбинация мальчики 7 – 8 класс

Максимальный балл – 20

№ п/п	Элементы и соединения	Стоимость (баллы)
	И.п. – основная стойка	
1.	Длинный кувырок вперёд	1
2.	Кувырок вперёд прыжком, прыжок ноги врозь - слитно	2,5
3.	Шагом вперёд, махом одной, толчком другой переворот в сторону («колесо») в стойку ноги врозь руки в стороны, приставляя ногу поворот в противоположную сторону движения	2
4.	Шагом вперёд равновесие на одной "ласточка" - держать	1,5
5.	Шагом вперёд прыжок со сменой согнутых ног "козлик"	1,5
6.	Отставляя ногу в сторону, наклон вперёд прогнувшись, руки вверх	1
7.	Силой, стойка на голове и руках - держать, упор присев	2,5
8.	Кувырок назад	1
9.	Перекат назад в стойку на лопатках - держать, упор присев	1,5
10.	Кувырок вперёд, прыжок вверх с поворотом на 180°, руки вверх - слитно	2
11.	Шагом вперёд прыжок со сменой прямых ног "ножницы"	1,5
12.	Прыжок вверх с поворотом на 360°	2
	<b>ВСЕГО</b>	<b>20 баллов</b>