**Технология оценки качества выполнения практического испытания**

**по разделу «Гимнастика»**

Для определения количества баллов каждого участника по разделу «Гимнастика (акробатика)» необходимо использовать следующую формулу:



Хi – «зачетный» балл i-го участника;

К – максимально возможный «зачётный» балл в данном виде испытания;

Ni – результат i участника в данном виде испытаний;

М – лучший результат в данном испытании.

Максимально возможный «зачетный» балл в практическом испытании по разделу «Гимнастика» (по регламенту) для учащихся 7-8 и 9-11 классов составляет ***30 баллов (К=30).***

***Пример расчета:***

Участник по результатам испытания по гимнастике (личный результат участника) набрал 8,5 баллов (Ni = 8,5). Наилучший результат другого участника в данном виде испытаний составил 9,3 баллов (М = 9,3).

Подставляем в формулу значения К, Ni, М и получаем «зачетный» балл:

Х = 30 х 8.5 : 9.3 Х = 27.41 балла

***Участник, набравший максимальное количество баллов за испытание по разделу «Гимнастика»*** (в данном примере – 9,3), ***получает максимальное количество «зачетных» баллов*** в практическом испытании по разделу «Гимнастика» (в данном примере – ***30 баллов***).

**Сбавки за нарушения техники исполнения отдельных элементов**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Основные ошибки исполнения** | **сбавки** |
| 1. | Сильное, до неузнаваемости, искажение обязательного элемента | - стоимость элемента или соединения |
| 2. | Недостаточная высота полётной фазы прыжков, искажение рабочей осанки | - до **0,5** балла |
| 3. | Отсутствие слитности, неоправданные задержки и паузы между элементами | - до **0,5** балла |
| 4. | Выход за пределы акробатической дорожки | **- 1,0** балл |
| 5. | Недостаточная фиксация статических элементов: «держать» - менее 2 секунд; «обозначить» – менее 1 секунды | - стоимость элемента или соединения |
| 6. | Ошибки приземления при завершении элемента или упражнения в целом:- переступание и незначительное смещение шагом;- широкий шаг или прыжок;- касание пола одной рукой;- опора о пол двумя руками, падение. | - **0,1** балла- **0,3** балла- **0,5** балла- **1,0** балл |
| 7. | Отсутствие чёткого выраженного начала или окончания упражнения | - **0,5** балла |
| **Специальные сбавки арбитра за нарушение****требований к общему порядку выполнения упражнений** |
| 1. | Повторное выполнение упражнения после неудачного начала | - **0,5** балла |
| 2. | Неоправданная пауза более **7** секунд при выполнении упражнения | - Упражнение прекращается и оценивается его выполненная часть |
| 3. | Оказание помощи, поддержка при выполнении элементов | - **1,0** балл |
| 4. | Задержка начала упражнения более 20 с | - **0,5** балла |
| 5. | Задержка начала упражнения более 30 с | - Упражнениене оценивается |
| 6. | Продолжительность выполнения акробатического упражнения более установленного времени | - упражнение прекращается и оценивается только его выполненная часть |
| 7. | Нарушение требований к спортивной форме | - **0,5** балла |
| 8. | Нарушение участником правил поведения во время проведения испытаний | - После первого предупреждения - сбавка **0,5** балла с окончательной оценки |

**Технология оценки качества выполнения практического испытания**

**по разделу «Спортивные игры».**

Общая оценка испытания складывается из времени выполнения упражнения с учетом штрафного времени.

Для определения количества баллов каждого участника по спортивным играм необходимо использовать следующую формулу:



Хi – «зачетный» балл i-го участника;

К – максимально возможный «зачётный» балл в данном виде испытания;

М – лучший результат в данном испытании;

Ni – результат i участника в данном виде испытаний.

Максимально возможный «зачетный» балл в практическом испытании по спортивным играм (баскетбол) для учащихся 7-8 и 9-11 классов составляет ***30 баллов (К=30).***

***Пример расчета:***

Участник по результатам испытания по спортивным играм (личный результат участника) набрал 45,2 с (Ni=45,2). Наилучший результат другого участника в данном виде испытаний составил 40,1 с (М=40,1).

Подставляем в формулу значения К, М, Ni и получаем «зачетный» балл:

Х = 30 х 40.1 : 45.2 Х = 26.62 балла

***Участник, показавший лучший результат в испытании по разделу «Спортивные игры»*** (в данном примере – 40,1 с), ***получает максимальное количество «зачетных» баллов*** в практическом испытании по разделу «Спортивные игры» (в данном примере – **30 *баллов***).

**Технология оценки качества выполнения практического испытания по разделу «Прикладная физическая культура»**

Общая оценка испытания складывается из суммы очков в 4 –х упражнениях.

Для определения количества баллов каждого участника в испытании по «Прикладной физической культуре» необходимо использовать следующую формулу:

|  |
| --- |
| **Х = К х N: М** |

Где **Х** – зачётный балл участника;

**К** – максимально возможный зачётный балл в данном конкурсе – 20 баллов;

**N** – результат участника (сумма очков).

**М** – наилучший результат из показанных в испытании (сумма очков);

**Пример расчета:** Юноши

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ФИО | Прыжок в длину с/м (см.) | очки | Подъём туловища за 30 сек.(кол-во) | очки | Наклон вперёд (см.) | очки | Подтягивание (кол-во раз) | очки | Сумма очков |
| 1… | 235 | **40** | 30 | **30** | 14 | **35** | 13 | **34** | **139** |

Максимальный результат (зачётный балл) в данном конкурсном испытании – **20** баллов.

Наилучший результат из показанных в испытании **– 188 очков.**

Результат участника (ФИО) – **139 очков**.

Расчёт: Х = 20 х 139 : 188= **14,79 балла.**

***Участник, показавший лучший результат в испытании по разделу «Прикладная физическая культура»*** (в данном примере – 188), ***получает максимальное количество «зачетных» баллов*** в практическом испытании по разделу «Прикладная физическая культура» (в данном примере – **20 *баллов***).

**Таблица очков результатов испытаний по разделу**

**«Прикладная физическая культура».**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **очки** | **юноши** | **очки** | **девушки** | **очки** |
| **Прыжок в длину с/м (см)** | **Подъём туловища за 30 с** **(кол-во)** | **Наклон вперёд (см)** | **Подтягивание (кол-во раз)** | **Прыжок в длину с/м (см)** | **Подъём туловища за 30 с** **(кол-во)** | **Наклон вперёд (см)** | **Сгибание и разгибание рук в упоре (кол-во раз)** |
| **70** | 275 | 48 | 32 | 34 | **70** | 258 | 43 | 35 | 65 | **70** |
| **69** | 273 |  -  | 31 | 32 | **69** | 256 |  -  | 34 | 62 | **69** |
| **68** | 271 | 47 | 30 | 30 | **68** | 254 | 42 | 33 | 59 | **68** |
| **67** | 269 |  -  | 29 | 28 | **67** | 252 |  -  | 32 | 56 | **67** |
| **66** | 267 | 46 | 28 | 26 | **66** | 250 | 41 | 31 | 53 | **66** |
| **65** | 265 |  -  | 27 | 25 | **65** | 248 |  -  | 30 | 50 | **65** |
| **64** | 263 | 45 | 26 | 24 | **64** | 246 | 40 | 29 | 48 | **64** |
| **63** | 261 |  -  |  -  | 23 | **63** | 244 |  -  | 28 | 46 | **63** |
| **62** | 259 | 44 | 25 | 22 | **62** | 242 | 39 | 27 | 44 | **62** |
| **61** | 257 |  -  |  -  | 21 | **61** | 240 |  -  |  -  | 42 | **61** |
| **60** | 255 | 43 | 24 |  -  | **60** | 238 | 38 | 26 | 40 | **60** |
| **59** | 254 |  -  |  -  | 20 | **59** | 236 |  -  |  -  | 39 | **59** |
| **58** | 253 | 42 | 23 |  -  | **58** | 234 | 37 | 25 | 38 | **58** |
| **57** | 252 |  -  |  -  | 19 | **57** | 232 |  -  |  -  | 37 | **57** |
| **56** | 251 | 41 | 22 |  -  | **56** | 230 | 36 | 24 | 36 | **56** |
| **55** | 250 |  -  |  -  |  -  | **55** | 228 |  -  |  -  | 35 | **55** |
| **54** | 249 |  -  | 21 | 18 | **54** | 236 |  -  | 23 | 34 | **54** |
| **53** | 248 | 40 |  -  |  -  | **53** | 224 | 35 |  -  |  -  | **53** |
| **52** | 247 |  -  | 20 |  -  | **52** | 222 |  -  | 22 | 33 | **52** |
| **51** | 246 |  -  |  -  |  -  | **51** | 221 |  -  |  -  |  -  | **51** |
| **50** | 245 | 39 | 19 | 17 | **50** | 220 | 34 | 21 | 32 | **50** |
| **49** | 244 |  -  |  -  |  -  | **49** | 219 |  -  |  -  |  -  | **49** |
| **48** | 243 |  -  |  -  |  -  | **48** | 218 |  -  |  -  |  -  | **48** |
| **47** | 242 | 38 | 18 |  -  | **47** | 217 | 33 | 20 | 31 | **47** |
| **46** | 241 |  -  |  -  | 16 | **46** | 216 |  -  |  -  |  -  | **46** |
| **45** | 240 |  -  |  -  |  -  | **45** | 215 |  -  |  -  |  -  | **45** |
| **44** | 239 | 37 | 17 |  -  | **44** | 214 | 32 | 19 | 30 | **44** |
| **43** | 238 |  -  |  -  |  -  | **43** | 213 |  -  |  -  |  -  | **43** |
| **42** | 237 | 36 |  -  | 15 | **42** | 212 |  -  |  -  | 29 | **42** |
| **41** | 236 |  -  | 16 |  -  | **41** | 211 | 31 | 18 |  -  | **41** |
| **40** | 235 | 35 |  -  |  -  | **40** | 210 |  -  |  -  | 28 | **40** |
| **39** | 234 |  -  |  -  |  -  | **39** | 209 |  -  |  -  |  -  | **39** |
| **38** | 233 | 34 | 15 | 14 | **38** | 208 | 30 | 17 | 27 | **38** |
| **37** | 232 |  -  |  -  |  -  | **37** | 207 |  -  |  -  |  -  | **37** |
| **36** | 231 | 33 |  -  |  -  | **36** | 206 |  -  |  -  | 26 | **36** |
| **35** | 230 |  -  | 14 |  -  | **35** | 205 | 29 | 16 |  -  | **35** |
| **34** | 229 | 32 |  -  | 13 | **34** | 203 |  -  |  -  | 25 | **34** |
| **33** | 228 |  -  |  -  |  -  | **33** | 201 |  -  |  -  |  -  | **33** |
| **32** | 227 | 31 | 13 |  -  | **32** | 199 | 28 | 15 | 24 | **32** |
| **31** | 226 |  -  |  -  |  -  | **31** | 197 |  -  |  -  |  -  | **31** |
| **30** | 225 | 30 | 12 | 12 | **30** | 195 | 27 |  -  | 23 | **30** |
| **29** | 224 |  -  |  -  |  -  | **29** | 193 |  -  | 14 |  -  | **29** |
| **28** | 223 | 29 | 11 |  -  | **28** | 191 | 26 |  -  | 22 | **28** |
| **27** | 222 |  -  |  -  |  -  | **27** | 189 |  -  |  -  |  -  | **27** |
| **26** | 221 | 28 | 10 | 11 | **26** | 187 | 25 | 13 | 21 | **26** |
| **25** | 220 |  -  |  -  |  -  | **25** | 185 |  -  |  -  |  -  | **25** |
| **24** | 218 | 27 | 9 |  -  | **24** | 183 | 24 | 12 | 20 | **24** |
| **23** | 216 |  -  |  -  |  -  | **23** | 181 |  -  |  -  |  -  | **23** |
| **22** | 214 | 26 | 8 | 10 | **22** | 179 | 23 | 11 | 19 | **22** |
| **21** | 212 |  -  |  -  |  -  | **21** | 177 |  -  |  -  |  -  | **21** |
| **20** | 210 | 25 | 7 |  -  | **20** | 175 | 22 | 10 | 18 | **20** |
| **19** | 208 |  -  |  -  |  -  | **19** | 173 |  -  |  -  |  -  | **19** |
| **18** | 206 | 24 | 6 | 9 | **18** | 171 | 21 | 9 | 17 | **18** |
| **17** | 204 | 23 |  -  |  -  | **17** | 169 |  - |  -  |  -  | **17** |
| **16** | 202 | 22 | 5 |  - | **16** | 167 | 20 | 8 | 16 | **16** |
| **15** | 200 | 21 |  -  | 8 | **15** | 165 | 19 |  -  |  -  | **15** |
| **14** | 198 | 20 | 4 |  -  | **14** | 163 | 18 | 7 | 15 | **14** |
| **13** | 196 | 19 |  -  |  -  | **13** | 161 | 17 |  -  |  -  | **13** |
| **12** | 194 | 18 | 3 | 7 | **12** | 159 | 16 | 6 | 14 | **12** |
| **11** | 192 | 17 |  -  |  -  | **11** | 157 | 15 |  -  |  -  | **11** |
| **10** | 190 | 16 | 2 |  -  | **10** | 155 | 14 | 5 | 13 | **10** |
| **9** | 188 | 15 |  -  | 6 | **9** | 153 | 13 |  -  | 12 | **9** |
| **8** | 186 | 14 | 1 |  -  | **8** | 151 | 12 | 4 | 11 | **8** |
| **7** | 183 | 13 |  -  |  -  | **7** | 149 | 11 | 3 | 10 | **7** |
| **6** | 180 | 12 | 0 | 5 | **6** | 147 | 10 | 2 | 9 | **6** |
| **5** | 177 | 11 | -1 |  -  | **5** | 144 | 9 | 1 | 8 | **5** |
| **4** | 174 | 10 | -2 |  -  | **4** | 141 | 8 | 0 | 7 | **4** |
| **3** | 171 | 9 | -3 | 4 | **3** | 138 | 7 | -1 | 6 | **3** |
| **2** | 168 | 8 | -4 |  -  | **2** | 135 | 6 | -2 | 5 | **2** |
| **1** | 165 | 7 | -5 | 3 | **1** | 132 | 5 | -3 | 4 | **1** |