**Муниципальный этап**

**Всероссийской олимпиады школьников по физической культуре**

**в Томской области в 2024-2025 учебном году**

**Гимнастика**

**9-11 классы**

**(девушки)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Содержание** | **Баллы** |
| 1 | И.п. — стойка на одной, другая на носок, руки в стороны.Шагом поворот на 360° на одной, другая согнута, носок к колену. | 1,0 балл |
| 2 | Фронтальное равновесие на правой (левой), левая (правая) в сторону на 90°  | 1,0 |
| 3 | Шагом левой (правой), сгибая правую (левую) вперёд — прыжок со сменой согнутых ног вперёд (бедро не ниже 90°) — прыжок со сменой прямых ног вперёд (смена ног не ниже 90°) — шаг и приставляя ногу упор присев  | 0,5 + 0,5 |
| 4 | Кувырок вперёд в сед с наклоном вперёд, руки вверх (обозначить) и перекат назад с прямыми нога­ми в стойку на лопатках без помощи рук (держать)  | 0,5 + 1,5 |
| 5 | Перекат вперёд в сед углом, руки в стороны (держать)  | 1,0 |
| 6 | Сед ноги врозь с наклоном вперёд, руки вверх (держать), сед руки в стороны  | 0,5 |
| 7 | Из седа кувырок назад — кувырок назад согнувшись в упор стоя ноги врозь — выпрямиться в стойку ноги врозь, руки вверх  | 0,5 |
| 8 | Махом одной, толчком другой два переворота влево (вправо — «колёса») в стойку ноги врозь, руки в стороны — приставляя правую (левую) с поворотом направо (налево) в стойку, руки в стороны  | 1,5 – 1,5 |