

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор

ВК НМЦРОиДО «Дарын» УО ВКО

Г. Рахимжанова

« » 2025 г.



**Положение
о проведении Олимпиады школьников
по предмету «Физическая культура»**

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение определяет цели и задачи Олимпиады школьников (далее – Олимпиада) по предмету «Физическая культура» всех организаций образования, реализующих образовательные программы основного среднего образования по предмету «Физическая культура».

1.2. **Основная цель** Олимпиады – выявление уровня сформированности знаний, умений и навыков по предмету «Физическая культура» у обучающихся организаций среднего образования.

Задачи Олимпиады:

- 1) повышение знаний, умений и навыков обучающихся в рамках изучения образовательной программы предмета «Физическая культура»;
- 2) воспитание стремления обучающихся к здоровому образу жизни;
- 3) совершенствование коммуникативных навыков обучающихся через физическое воспитание;
- 4) углубление теоретических знаний и практических умений развитие творческих способностей;
- 5) содействие самореализации личности;
- 6) повышение уровня развития физической культуры и спорта в общеобразовательных организациях.

2. Этапы Олимпиады

2.1. Олимпиада проводится организациями образования в два этапа. Организаниями образования создаются организационные комитеты: районные/городские, областные.

Этапы:

- 1) **первый этап** – районный/городской.
- 2) Районный/городской этап проводится до **30 апреля 2025 года** районными/городскими отделами образования;
- 3) **второй этап** – областной.

Проводится **13-15 мая 2025 года** Восточно-Казахстанским научно-методическим центром развития одаренности и дополнительного образования «Дарын» управление образования Восточно-Казахстанской области (далее – Центр).

Теоретические задания составляются районными/городскими отделами образования самостоятельно, а практические задания отражены в Положении, являются общими для всех этапов Олимпиады.

Теоретические задания в форме тестов второго этапа разрабатываются Центром.

Задания всех этапов оцениваются согласно прилагаемым методическим рекомендациям **согласно приложению 3.**

До **10 мая 2025 года** районные/городские отделы образования направляют заявки в Центр с указанием количества участников по классам, языкам обучения для формирования общего списка участников Олимпиады.

Районы/города, не принимающие участие на областном этапе должны выслать письменное уведомление в Центр, с обоснованием причины.

3. Участники Олимпиады

3.1. В Олимпиаде принимают участие обучающиеся 5-6, 7-8 классов общеобразовательных школ относящиеся по состоянию здоровья к основной медицинской группе, победители и призеры второго этапа Олимпиады по предмету «Физическая культура».

Участники областного этапа выступают в составе ***сборных команд*** района/города.

Олимпиада проводится в двух возрастных группах по теоретической и практической части:

1 группа – 5-6 классы – 10 обучающихся (5 мальчиков, 5 девочек);

2 группа – 7-8 классы – 10 обучающихся (5 мальчиков, 5 девочек).

Участникам Олимпиады на областном уровне рекомендуется иметь одинаковую спортивную форму и логотип района/города.

3.2. Ответственные лица, которые сопровождают обучающихся – участников Олимпиады, обеспечивают безопасность в пути следования к месту проведения мероприятия, во время проведения и обратного пути к месту жительства.

4. Рабочие органы областного этапа

Для координации и осуществления организационной работы по подготовке и проведению Олимпиады Центром утверждается состав организационного комитета Олимпиады.

Общее руководство по организации и проведению Олимпиады осуществляет Организационный комитет.

4.1. Организационный комитет Олимпиады:

- 1) определяет общий порядок проведения Олимпиады на всех ее этапах;
- 2) осуществляет непосредственное руководство;
- 3) руководствуется методическими рекомендациями по проведению Олимпиады школьников по физической культуре;
- 4) анализирует и обобщает итоги Олимпиады, участвует в подготовке проектов приказа и итогового решения Олимпиады;
- 5) публикует материалы Олимпиады в СМИ и социальных сетях, а также на сайте Центра.

4.2. Для осуществления руководства первыми-вторыми этапами предметной Олимпиады создаются районные/городские оргкомитеты. Их состав утверждается отделами образования.

4.3. Центр разрабатывает:

- 1) окончательный вариант теоретических и практических заданий второго этапа Олимпиады;

- 2) методические рекомендации по проведению всех этапов Олимпиады;

- 3) типы заданий и критерии оценок.

4.4. Центр несет ответственность за:

- 1) научно-методический уровень предлагаемых заданий, корректность и соответствие их требованиям данного этапа Олимпиады;

- 2) обеспечение конфиденциальности заданий до проведения Олимпиады (количество и направленность туров, протяженность тура, перечень необходимого оборудования), за предложения по критериям оценивания выполнения заданий.

5. Судейская коллегия Олимпиады

5.1. Судейская коллегия выполняет обязанности, направленные на обеспечение справедливости и порядка во время соревнований, играют ключевую роль в определении результатов, оценке выполнения правил и решении спорных ситуаций.

5.2. Основные функции судейской коллегии:

- обеспечение соблюдения Положения Олимпиады;
- оценка выполнения упражнений;
- решение спорных ситуаций;
- поддержание порядка и безопасности;
- оглашение официального решения.

5.3. Основные принципы работы:

- независимость;
- объективность;
- справедливость;
- профессионализм;
- коллегиальность.

5.4. В состав судейской коллегии Олимпиады входят, главный судья, главный секретарь и члены судейской коллегии.

Главный судья и состав судейской коллегии Олимпиады утверждается Центром.

В состав судейской коллегии районного/городского этапа могут быть включены опытные педагоги и методисты (не ниже квалификационного уровня «педагог – эксперт»), представители отдела образования, а также преподаватели колледжей.

В состав судейской коллегии запрещается включать педагогов, обучающиеся которых участвуют на всех этапах Олимпиады.

5.5. Судейская коллегия Олимпиады определяет победителей и предоставляет в оргкомитет информацию о занимаемых местах.

6. Порядок подачи заявки для участия

6.1. Районные/городские отделы образования направляют заявки на электронную почту Центра (vk_osfk@mail.ru) с указанием количества участников по классу, по языкам обучения для формирования общего списка участников Олимпиады **до 10 мая 2025 года**.

6.2. Для участия в соревнованиях представители команд предоставляют в мандатную комиссию следующие документы:

- заявка на участие в соревновании, подписанная медицинским работником, руководителем отдела образования, заверенная печатью направляемой организации согласно приложению 1, с указанием сопровождающего лица команды;

- приказ руководителя районного/городского отдела образования с указанием списка участников и ответственного лица;

- свидетельство о рождении участников Олимпиады (оригинал, копия);

- личная карточка участника, заверенная подписью и печатью директора школы согласно приложению 2.

6.3. Мандатная комиссия состоится **13 мая 2025 года** на месте проведения Олимпиады.

6.4. В случае отсутствия одного из вышеуказанных документов или несвоевременной подачи, команда не допускается к участию в соревнованиях.

7. Определение победителей

7.1. Олимпиада проводится как командное первенство с определением трех призовых мест, личное среди мальчиков и девочек по сумме очков по теоретическому и практическому разделу заданий.

7.2. При подведении общих итогов суммируется количество очков команды, набранных в теоретической и практической частях. Победитель, призёры определяются по наибольшей сумме набранных очков.

7.3. В случае равенства результатов нескольких участников победитель определяется в соответствии с приоритетом практической части конкурса.

8. Награждение участников Олимпиады

8.1. Призеры районных/городских этапов Олимпиады награждаются дипломами, грамотами отделов образования.

8.2. Участники Олимпиады, занявшие 1, 2, 3 места, награждаются кубками, медалями и дипломами 1-й, 2-й и 3-й степени управления образования Восточно-Казахстанской области.

8.3. За успешную подготовку команды, занявших призовые места, тренера команд награждаются благодарственным письмом Центра.

9. Финансовые расходы

9.1. Финансирование второго этапа (областного) Олимпиады Центр осуществляет в соответствии с утвержденной сметой.

9.2. Командировочные расходы участников команд, тренеров (проезд в обоих направлениях), суточные (питание, проживание) на сроки проведения соревнований оплачивает направляющая сторона.

Содержание теоретической части

Содержание теоретической части включает тестовые задания по основному объему знаний предмета «Физическая культура», соответствующего уровня обучения по классам согласно разделам Типовой учебной программы по физической культуре для 5-6,7-8 классов.

Каждый участник Олимпиады выполняет задания в форме тестов. Количество вопросов в тесте – 25. Время на выполнение задания – 45 минут.

Порядок проведения

1. Участникам раздаются тестовые задания, оформленные в бумажном формате.
2. Участник может пройти тестирование только один раз.
3. Отсчет времени ведется для всех участников тестирования одинаково с момента начала тестирования.
4. Участник может выбрать язык тестирования.
5. Мальчики и девочки выполняют задание вместе.
6. Запрещается: использование мобильных телефонов и других средств связи, переговоры между участниками во время выполнения задания. В случае нарушения этих условий участник удаляется из аудитории.
7. Производится подсчет правильных ответов на тестовые задания путем их суммирования.

Содержание практической части

Практическая часть заключается в выполнении упражнений по разделам базовой части программы по физической культуре: гимнастика, легкая атлетика, спортивные игры (баскетбол, волейбол, футбол), национальные игры «Асық ату» (мальчики), «Бес асық» (девочки).

I. Гимнастика

Конкурсное задание заключается в выполнении акробатической комбинации для мальчиков и девочек всех возрастных групп, которая состоит из элементов, входящих в программу общеобразовательных школ по предмету «Физическая культура».

Для выполнения упражнения участнику предоставляется только одна попытка. Участнику, не сумевшему выполнить какой-либо элемент, соединение, или заменившему его на другой, оценка снижается, согласно оценочной стоимости данного элемента/упражнения. Акробатическая комбинация должна иметь четко выраженное начало и окончание, выполняться слитно, динамично, без неоправданных пауз.

Судьи оценивают качество выполнения акробатической комбинации в сравнении с идеально возможным вариантом исполнения, учитывая требования к технике исполнения.

Максимально возможная оценка выполнения акробатической комбинации – 10,0 баллов.

**Программный материал
по гимнастике для 5-8 классов общеобразовательных школ согласно
учебной программе по физической культуре**

Программа по гимнастике 5-6 классы/девочки/

Акробатическая комбинация	Оценочная стоимость, баллы
1. И.п. - о.с.	1,0
2. Шаг вперед, равновесие на одной ноге «Ласточка», руки в стороны, держать	
3. Выпрямляясь, шаг вперед поворот на 360°, широкая стойка ноги врозь и кувырок вперед в сед с наклоном «складка»	2,0
4. Перекат назад в стойку на лопатках «Березка», держать	1,0
5. Перекат вперед в упор присев	0,5
6. Кувырок назад в полу-шпагат	1,5
7. Грудью прижаться к бедру передней ноги	0,5
8. Перекат через плечо на спину «Мост» из положения лежа	2,0
9. Сгруппироваться перекач вперед в упор присев	0,5
10. Выпрямляясь, переворот в сторону /колесо/ в стойку ноги врозь, руки в стороны	0,5
11. Приставляя правую ногу поворот на 90°, руки в стороны	0,5

Программа по гимнастике 5-6 классы (мальчики)

Акробатическая комбинация	Оценочная стоимость, баллы
1. И.п. - о.с.	1,5
2. Шаг вперед равновесие на одной ноге «Ласточка», руки в стороны, держать	
3. Выпрямляясь, правая с крестно перед левой и поворот кругом в упор присев	0,5
4. Прыжком, два длинных кувырка вперед в упор присев	2,0
5. Перекат назад в стойку на лопатках «Березка», держать	2,0
6. Перекат вперед в упор присев	0,5
7. Кувырок назад в упор присев	1,5
8. Выпрямляясь, правая с крестно перед левой и поворот кругом в упор присев	0,5
9. Переворот в сторону	0,5
10. Приставляя правую ногу поворот на 90°, руки вниз	0,5
11. Прыжок вверх прогнувшись, ноги врозь	0,5

Программа по гимнастике 7-8 классы (девочки)

Акробатическая комбинация	Оценочная стоимость, баллы

1. И.п. – о.с.	
2. Шаг вперед равновесие на одной ноге «Ласточка», руки в стороны, держать	1,0
3. Выпрямляясь, шаг вперед поворот на 360° широкая стойка ноги врозь и кувырок вперед в сед «складка»	1,5
4. Перекат назад и стойка на лопатках «Березка», держать	1,0
5. Перекат вперед в упор присев	0,5
6. Кувырок назад в полу-шпагат	1,5
7. Перекат через плечо на спину «Мост» из положения лежа	1,0
8. Сгруппироваться перекач вперед в упор присев	0,5
9. Выпрямляясь, переворот в сторону /колесо/ в стойку ноги врозь, руки в стороны	2,0
10. Приставляя правую поворот на 90°, руки вниз	0,5
11. Прыжок вверх прогнувшись, ноги врозь	0,5

Программа по гимнастике 7-8 классы (мальчики)

Акробатическая комбинация	Оценочная стоимость, баллы
1. И.п. о.с.	1,0
2. Шаг вперед равновесие на одной ноге «Ласточка», руки в стороны, держать	
3. Выпрямляясь, правая скрестно перед левой и поворот кругом в упор присев	0,5
4. Прыжком, кувырок вперед в упор присев	1,0
5. Толчком, выпрямляя ноги, стойка на голове/держать	2,5
6. Согнуть ноги, упор присев	0,5
7. Кувырок назад в упор присев	1,5
8. Выпрямиться шагом вперед переворот в сторону /колесо/ в стойку ноги врозь, руки в стороны	2,0
9. Приставляя правую ногу поворот на 90°, руки вниз	0,5
10. Прыжок вверх прогнувшись, ноги врозь	0,5

Рекомендации судейской коллегии по оценке выполнения гимнастических упражнений

При оценивании исполнительского мастерства участника судьи учитывают правильное исполнение каждого элемента упражнения, допущенные отклонения от техники выполнения упражнений.

Оценка содержания упражнения зависит от того, как выполнены отдельные элементы и вся комбинация.

После выполнения упражнения судьи суммируют баллы за допущенные ошибки и высчитывают это количество из 10 баллов, выводят окончательный результат.

В целях объективности результаты упражнений оцениваются несколькими судьями и выставляется общий балл. При отличном выполнении упражнения допускается расхождение всего в 0,1 балла.

Комбинация должна быть выполнена технически правильно.

II. Легкая атлетика

5 - 6 класс: бег на 60 м, прыжок в длину с места, бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы на дальность из положения «сидя ноги врозь».

7 - 8 класс: бег 60 м, прыжок в длину с места, бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы на дальность из положения «сидя ноги врозь».

III. Спортивные игры (баскетбол, волейбол, футбол)

Конкурсные задания включают выполнение учебных заданий, согласно учебной программы по предмету «Физическая культура» раздела «Спортивные игры».

Баскетбол:

№	Выполнение практических заданий	Оценивание	Ошибки	Оценка
1	Ведение мяча с обводкой фишек (сек.)	на время	-----	Сумма баллов
2	Броски мяча в движении – 3 попытки	(количество попаданий)	- 1 балл (за каждую ошибку)	Сумма баллов
3	Штрафной бросок (из 5 попыток)	(количество попаданий)	----	Сумма баллов

Упражнение №1.

Игрок находится за лицевой линией баскетбольной площадки (под баскетбольным щитом). По сигналу судьи испытуемый начинает ведение мяча, обводя стойки правой и левой рукой. Стойки располагаются по прямой линии спортивного зала. Преодолев последнюю 5 стойку, пересекает лицевую линию противоположной стороны. Фиксируется техника ведения мяча и время прохождения дистанции.

Размер баскетбольного мяча №5 для 5-6 классов.

Размер баскетбольного мяча №6 для 7-8 классов.

Ошибки: пропуск фишек при ведении, касание фишек –прибавление 0,2 сек к итоговому времени.

Волейбол:

№	Выполнение практического задания	Оценивание	Ошибки	Оценка
1	Передача и прием мяча 2 руками на месте в парах (10 передач)	баллы	1 балл	Сумма баллов, но не более 5 баллов
2	Передачи мяча с перемещением в стойке приставными шагами в парах вдоль сетки	баллы	1 балл	Сумма баллов
3	Нижняя (верхняя) прямая подача мяча через сетку	баллы	баллы	Сумма баллов

5 – 6 класс

Упражнение №1.

Передача и прием мяча 2 руками сверху на месте

- 5 баллов – выполнено 9-10 передач;
- 4 балла – выполнено 7-8 передач;
- 3 балла – выполнено 5-6 передач;
- 2 балла – выполнено менее 5 передач.

Существенные ошибки (минус 1 балл):

- касание мяча ладонями;
- задержка и броски мяча.

Существенной ошибкой считается так же:

несогласованность движений ног, туловища и рук; невысокая траектория полета мяча; неточное направление полета.

Упражнение №2

Перемещение в стойке приставными шагами лицом вдоль сетки и обратно в паре, одновременно с передачей мяча двумя руками сверху над головой (9 метров)

- 5 баллов – выполнено без потери мяча;
- 4 балла – выполнено с 1 потерей мяча;
- 3 балла – выполнено с 2 потерями мяча;
- 2 балла – выполнено с 3 и более потерями мяча.

Упражнение №3

Нижняя (верхняя) прямая подача мяча через сетку (5 подач).

Для 5-6 классов передача мяча с 7-метров.

Высота сетки 2,20 (мальчики), 2,00 (девочки).

Существенные ошибки:

- заступ лицевой линии;
- подбросил и поймал мяч;

Мелкая ошибка:

- «скованность» движений.
- 5 баллов – 5 подач выполнено правильно, в пределы площадки;
- 4 балла – 4 подач выполнено правильно, в пределы площадки;
- 3 балла – 3 подач выполнено правильно, в пределы площадки;
- 2 балла – 1 подача выполняется неправильно, в пределы площадки;
- 1 балла – подача выполняется неправильно или мяч не попадает в пределы площадки.

7 – 8 класс

№	Выполнение комбинации	Оценивание	Ошибки	Оценка
1	Передача и прием мяча 2 руками на месте (10 передач)	баллы	1 балл	Сумма баллов
2	Передачи мяча с перемещением в стойке приставными шагами в парах вдоль сетки	баллы	1 балл	Сумма баллов
3	Нижняя (верхняя) прямая подача мяча через сетку	баллы	баллы	Сумма баллов

Упражнение №1

Передача мяча сверху и прием мяча 2 руками снизу двумя руками поочередно в паре на месте (из 10 передач)

- 5 баллов – выполнено без потери мяча;
- 4 балла – выполнено 7 передач мяча;
- 3 балла – выполнено 5 передач мяча;
- 2 балла – выполнено менее 5 передач мяча.

Существенные ошибки (минус 1 балл):

- касание мяча ладонями;
- задержка и броски мяча.

Существенной ошибкой считается так же:

- несогласованность движений ног, туловища и рук; невысокая траектория полета мяча;
- неточное направление полета.

Упражнение №2

Перемещение в стойке приставными шагами лицом вдоль сетки и обратно одновременно с передачей мяча двумя руками сверху над головой (9 метров)

- 5 баллов – выполнено без потери мяча;
- 4 балла – выполнено с 1 потерей мяча
- 3 балла – выполнено с 2 потерями мяча;
- 2 балла – выполнено с 3 и более потерями мяча.
- 1 балл – подача выполняется неправильно или мяч не попадает в пределы площадки.

Упражнение №3

Нижняя (верхняя) прямая подача мяча через сетку (5 подач).

Высота сетки 2,30 (мальчики); 2,10 (девочки).

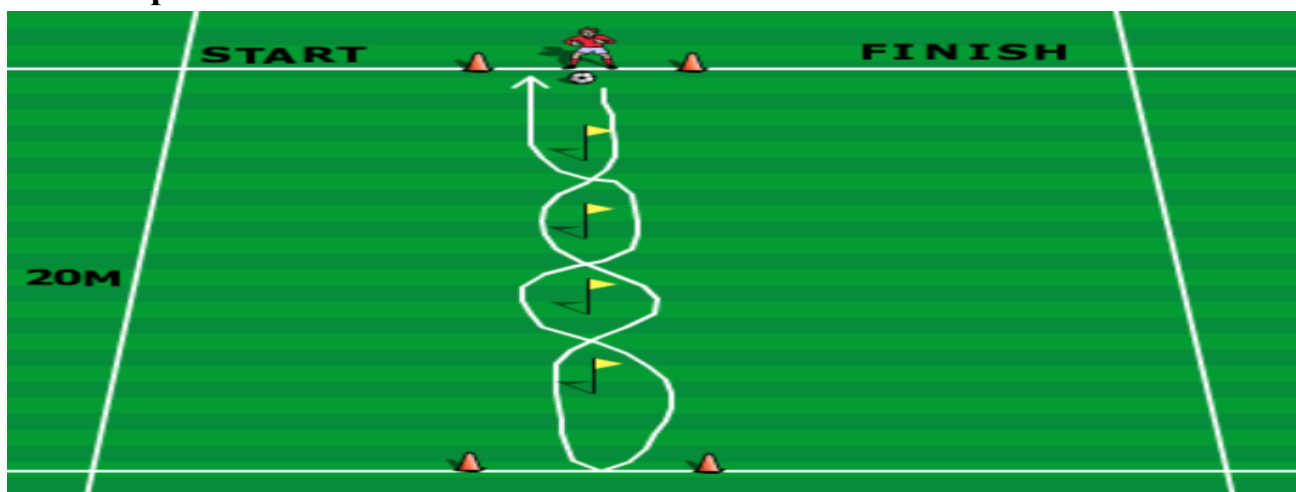
- 5 баллов – 5 подач выполнено правильно, в пределы площадки;
- 4 балла – 4 подач выполнено правильно, в пределы площадки;

3 балла – 3 подачи выполнено правильно, в пределы площадки;
 2 балла – 1 подача выполняется неправильно, в пределы площадки;
 1 балл – подача выполняется неправильно или мяч не попадает в пределы площадки.

Футбол:

№	Выполнение комбинации	Оценивание	Ошибки	Оценка
1	Ведение мяча с обводкой фишек (4 фишек)	На время	Касание мячом фишек или частью ног	Сумма баллов
2	Удары по воротам (на точность) (по 3 удара)	количество попаданий	-----	Сумма баллов
3	Передачи мяча на дальность (по 3 удара)	метры	Касание мяча поля до линии	Сумма баллов

Упражнение №1



Ведение мяча, обегая стойки, расположенные друг от друга на расстоянии 4 метра. Длина дистанции 20 м. Ведение туда и обратно (сек).

Ошибки: касание мячом фишек, пропуск фишек при ведении, касание ногой фишек или перепрыгивание их – прибавление 0,5 сек к итоговому времени.

Размер футбольного мяча -№ 4, 5-6 класс.

Размер футбольного мяча -№ 5, 7 -8 класс.

Упражнение №2

Удар по неподвижному мячу на точность

Ученик наносит три удара с 11 – метровой отметки в створ ворот.

Ворота поделены лентой на 4 зон – 9, 6, 10, 5.

Количество баллов ударов по зонам:

- попадание в зону № 9 – 10 баллов;
- попадание в зону №10 – 8 баллов;
- попадание в зону № 6 – 6 баллов;
- попадание в зону № 5 – 4 баллов.

Упражнение №3

Передачи мяча на дальность (3 удара).

На футбольном поле размечен 5 метровый коридор с продольными линиями 15, 20, 25, 30 метров.

Учащийся со старта выполняет удар по неподвижному мячу (любой ногой, любым способом).

Пересечение мяча линией разметок мяча по воздуху

5 - 6 класс:

- 25 метров – 5 баллов;
- 20 метров – 4 балла;
- 15 метров – 3 балла.

7 – 8 класс:

- 30 метров – 5 баллов;
- 25 метров – 4 балла;
- 20 метров – 3 балла.

III. Национальные игры.

«Асық ату» /мальчики/.

Задание состоит всего из 3 упражнений.

Упражнение №1.

Стрелковое мастерство (на меткость): с 4 – 5 метровой линии стрельбы сбить кеней с трёх попыток – **3 балла**.

Упражнение №2.

Выбить кеней асық, лежащий в круге («бестабан», диагональ, параллель) – **3 балла**.

Упражнение №3.

Бросание сака – 3 попытки - **9 баллов**.

	Упражнения	Оценивание	Ошибки	Оценка Балл /15 /
1	На меткость: с 4 -метровой линии стрельбы	Сбить кеней. За каждый сбитый асық 1 балл.	-пересечение линии стрельбы; - допущение «Сырғыма» во время метаний сақа; -неправильная стойка игрока; - держание сака, не по правилам	3 /балла/ 3 попытки суммируются, подводится общий балл

2	Выбить кеней асык, лежащий в круге <i>бестабан, диаганаль, параллель</i>	Выбить из круга. За каждый выбитый асык 1 балл.	- пересечение линии стрельбы; -задевание ковра рукой; - сака из рук; -стрельба щелчком.	3 /балла/ 3 попытки суммируются, подводится общий балл
3	Бросать сака /сака иіру/	Алиы – 3 балла, тәйке -2 балла, Бүк-1 балл	-неправильная стойка игрока; Во время броска сака: -нахождение руки ниже колена; - нахождение руки выше пояса .	9 /баллов/ 3 попытки суммируются, подводится общий балл

При правильном выполнении всех упражнений максимальный балл - **15 баллов.**

Примечание: При несоответствии правилам баллы не засчитываются.

Для выполнения упражнений «Асық ату» используются асық изготовленный из полимера, весом 15 грамм и пронумерованный от 1 до 15, сака, вес которой не превышает 28 – 30 грамм.

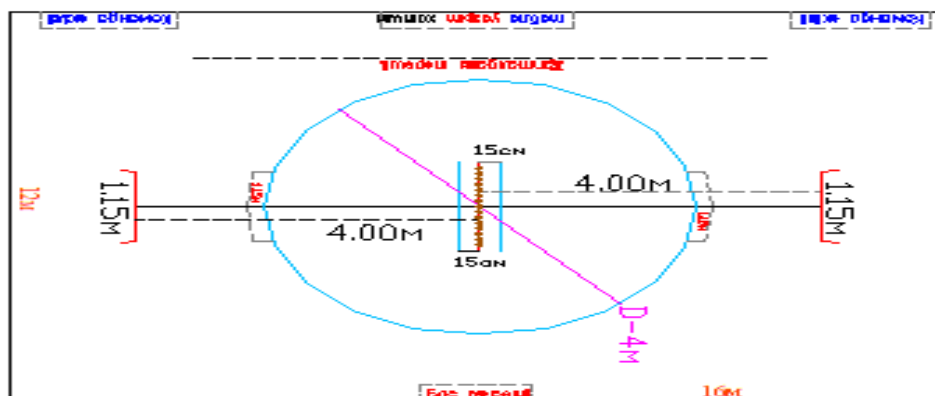
«Асық ату» 5-6 классы /мальчики/

Упражнение 1. На точность/меткость/.

Максимальный балл – 3 балла. За каждый асык, сбитый внутри круга, начисляется 1 балл. Участнику, стоящему на 4-метровой линии стрельбы (1,15 м), дается 3 попытки для поражения 15 кеней, (участник при каждой попытке должен сбить 1 асык), прибитых к мишени в центре круга диаметром 4 метра.

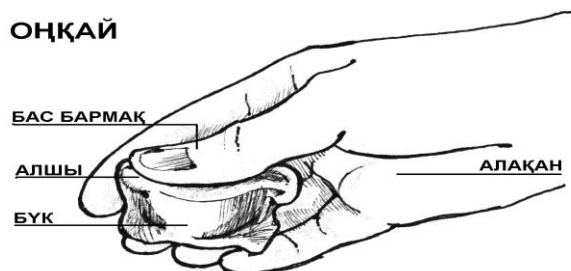
Необходимо, используя сака, точно попасть по асык, находящемуся на кеней. Участнику, с учётом того, что он может быть как правой, так и левой, выдаются 3 сака. Сбить асык с кеней является обязательным условием.

Упражнения выполняются согласно правилам игры асық: игрок должен соблюдать правильную стойку и не пересекать линию стрельбы.

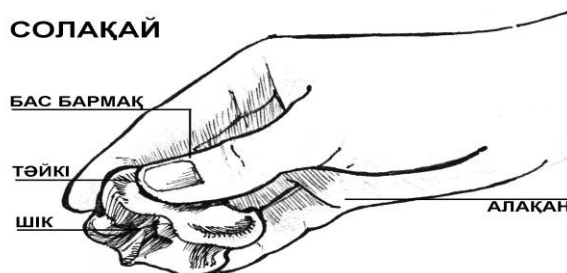


Правильное удержание сака в соответствии с правилами, чтобы избежать «Сырғыма», не сдвигать и не стрелять им по инерции.

ОҢҚАЙ

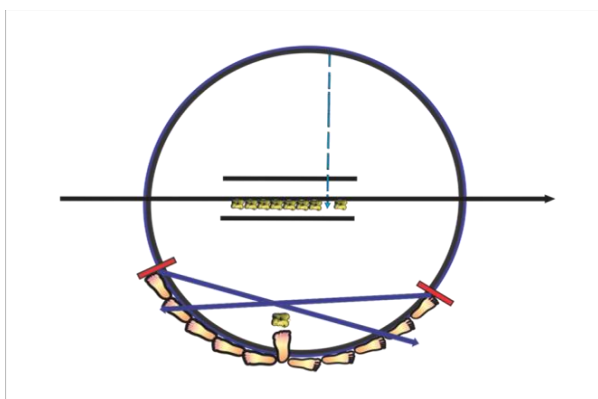


СОЛАҚАЙ

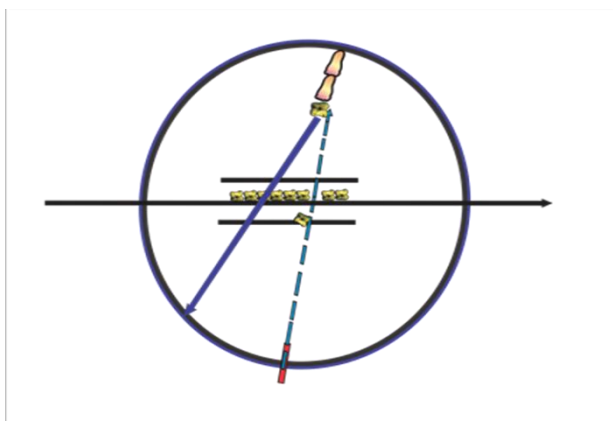


Упражнение 2. Выбить асыки - кеней, лежащие внутри круга.

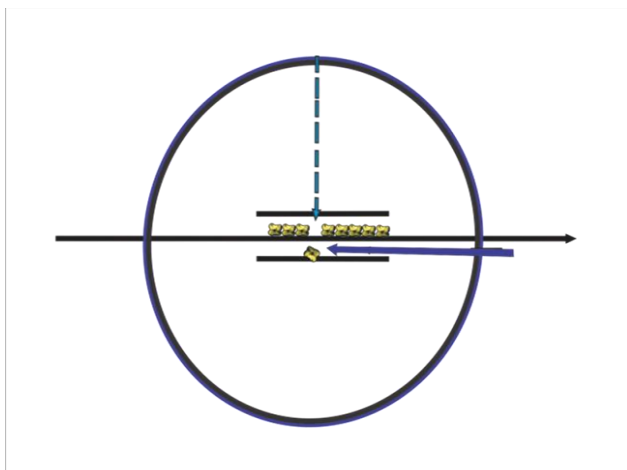
На мишень кладут кеней в лежачем положении: «бестабан», *по диагонали и параллельно*. Участнику, с учётом того, что он может быть, как правой, так и левой, выдаются 3 сака. За каждое из положений, выполненное задание начисляется максимум 1 балл. У участника есть по одной попытке для осуществления броска из положения «бестабан», из *диагонали и из параллельного* положения. Согласно правилам игры асык, игрок должен соблюдать правильную стойку и не пересекать линию броска. При броске сака нельзя касаться коврика рукой, заходить в круг, сбрасывать сака с рук или бросать его рывком.



БЕСТАБАН – если во время броска сака, асык находящийся на кеней, не будет выбит за пределы круга, а останется на линии круга или окажется на расстоянии, равном одной стопе от линии круга, игроку предоставляется возможность по его желанию, отсчитать **БЕСТАБАН** (расстояние, равное длине упавший пяти ступней) вправо или влево, после чего даётся команда выбить асык.



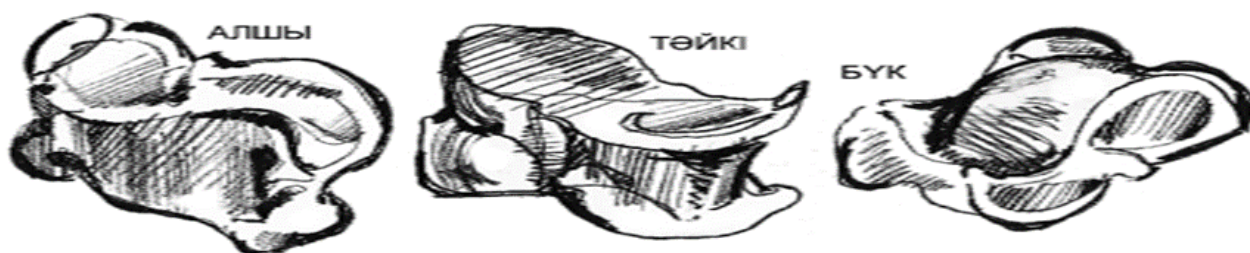
ДИАГОНАЛЬ – если вовремя броска сака, асык, находящийся на кеней не выйдет за пределы круга, игроку предоставляется возможность по указанию судьи бросить лежащий асык в диагональном направлении.



ПАРАЛЛЕЛЬ – если при броске сака, асык скользит внутри линий мишени, игроку предоставляется возможность, по указанию судьи, выполнить бросок, направленный вдоль разложенной линии, то есть в параллельном направлении.

Упражнение 3. Бросок сака/ сақа иіру/

Задание выполняется путём броска сака. Бросок сака на ковре оценивается следующим образом: алшы – 3 балла, тәйке – 2 балла, бүк – 1 балл.



Предполагаемый максимальный балл – 9 баллов. Результаты трёх попыток участника суммируются для получения итогового балла. Согласно правилам, во время броска сака внимание уделяется положению игрока и уровню, на котором удерживается сака. Руку не следует опускать ниже колена и поднимать выше пояса.

«Асық ату» 7-8 классы /мальчики/

	Упражнения	Оценивание	Ошибки	Балл /15 /
1	Бросок на меткость: с 5-метровой линии	Сбить кеней. За каждый сбитый асық 1 балл.	-пересечение линии стрельбы; - допущение «Сырғыма» во время метаний сақа; -неправильная стойка игрока; - держание сақа, не по правилам	3 /балла/ 3 попытки суммируются, подводится общий балл
2	Выбить кеней асық, лежащий в круге <i>бестапан, диаганаль, параллель</i>	Выбить из круга. За каждый выбитый асық 1 балл.	- пересечение линии стрельбы; -задевание ковра рукой; -урон сақа из рук; -стрельба щелчком.	3 /балла/ 3 попытки суммируются, подводится общий балл

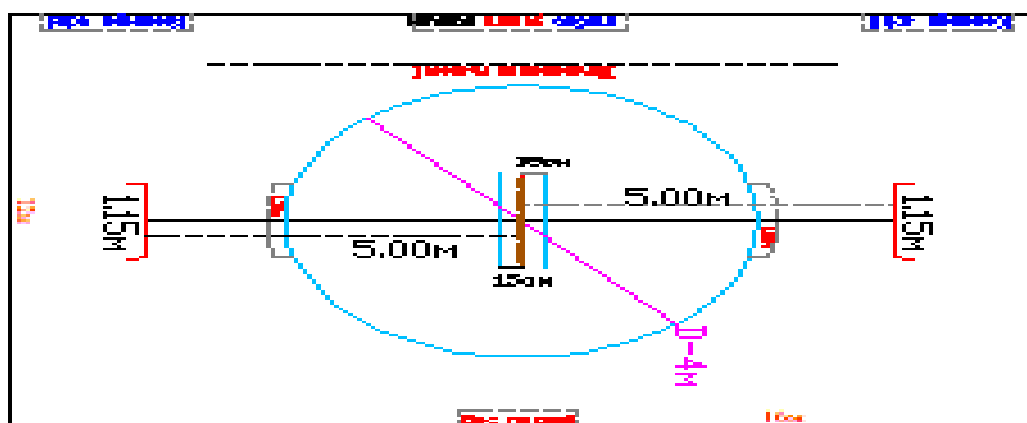
3	Бросать сақа /сақа иіру/	Алшы – 3 балла, тәйке -2 балла, Бүк-1 балл	-неправильная стойка игрока; Во время броска сақа: -нахождение руки ниже колена; - нахождение руки выше пояса .	9 /баллов/ 3 попытки суммируются, подводится общий балл
---	--------------------------	--	--	--

Примечание: При несоответствии правилам баллы не засчитываются.

Упражнение №1. На точность/меткость/

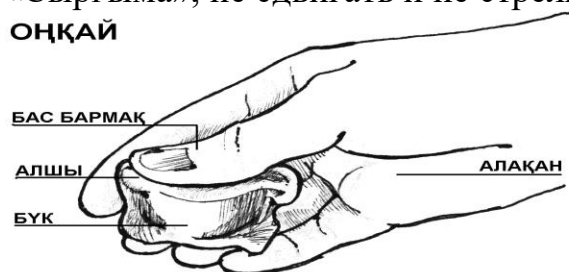
Максимальный балл – 3 балла. За каждый асық, сбитый внутри круга, начисляется 1 балл. Участник, стоящий на 5-метровой линии стрельбы (1,15 м), дается 3 попытки поразить 15 кеней, (участник при каждой попытке должен сбить 1 асық), прибитых к мишени в центре круга диаметром 4 метра. Необходимо, используя сақа, точно попасть по асық, находящемуся на кеней. Участнику, с учётом того, что он может быть, как правой, так и левой, выдаются 3 сақа. Сбить асық с кеней является обязательным условием.

Упражнения выполняется согласно правилам игры асық: игрок должен соблюдать правильную стойку и не пересекать линию стрельбы.

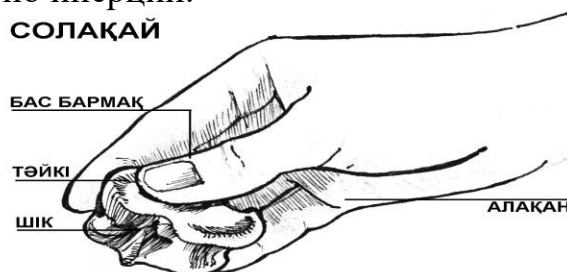


Правильное удержание сақа в соответствии с правилами, чтобы избежать «Сырғыма», не сдвигать и не стрелять им по инерции.

ОҢҚАЙ



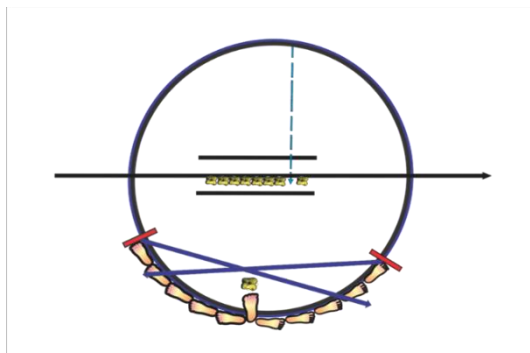
СОЛАҚАЙ



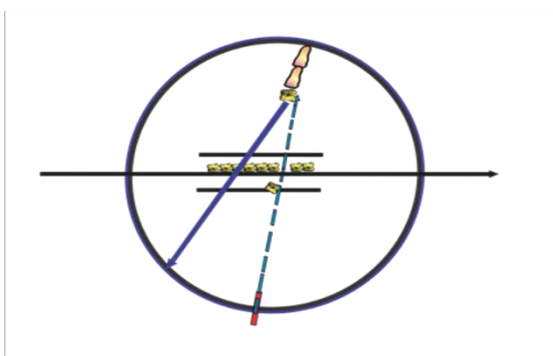
Упражнение №2. Выбить асыки - кеней, лежащие внутри круга.

На мишень кладут кеней в лежачем положении: «бестабан», по диагонали и параллельно. Участнику, с учётом того, что он может быть, как правой, так и левой, выдаются 3 сақа. За каждое из положений, выполненное начисляется максимум 1 балл. У участника есть по одной возможности броска из положения

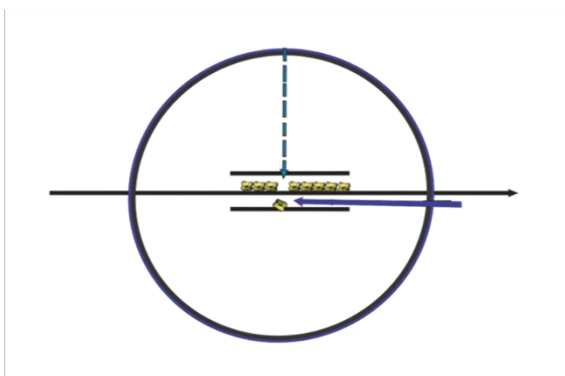
«бестабан», из *диагонали* и из *параллельного* положения. Согласно правилам игры асык, игрок должен соблюдать правильную стойку и не пересекать линию броска. При броске сака нельзя касаться коврика рукой, заходить в круг, сбрасывать сака с рук или бросать его рывком.



БЕСТАБАН –если во время броска сака, асык находящийся на кеней, не будет выбит за пределы круга, а останется на линии круга или окажется на расстоянии, равном одной стопе от линии круга, игроку предоставляется возможность по его желанию, чтобы ему отсчитали **БЕСТАБАН** вправо или влево, после чего даётся команда отбить упавший асык.



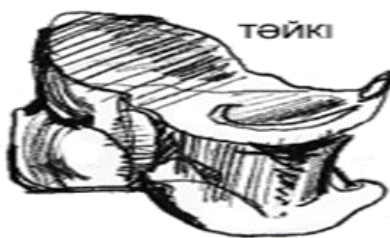
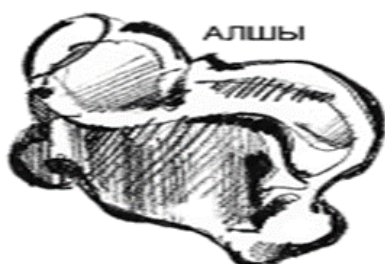
ДИАГОНАЛЬ —если вовремя броска сака, асык находящийся на кеней не будет выбит за пределы круга, игроку предоставляется возможность по указанию судьи бросить лежащий асык в диагональном направлении.



ПАРАЛЛЕЛЬ – если при броске сака, асык скользит внутри линий мишени, игроку предоставляется возможность по указанию судьи выполнить бросок, направленный вдоль разложенной линии, то есть в параллельном направлении

Упражнение №3. Бросок сака/ сака иіру/

Задание выполняется путём броска сака. Бросок сака на ковре засчитывается следующим образом: алшы – 3 балла, тәйке – 2 балла, бүк– 1 балл.



Предполагаемый максимальный балл – 9 баллов. Результаты трёх попыток участника суммируются для получения итогового балла. Согласно правилам, во время броска сака внимание уделяется положению игрока и уровню, на котором

удерживается сақа. Руку не следует опускать ниже колена и поднимать выше пояса.

«Бес асық» (девочки).

«Бес асық» для девочек состоит из элементов упражнений, определяющих формирование навыков качества развития ловкости, гибкости, мелкой моторики.

Для выполнения упражнений «Бес асық» выдаётся 5 асыков (кости): 4 асыка одного цвета и 1 асык другого цвета. Асык другого цвета выбирается в качестве «Хана» и считается главным элементом, который ведёт игру.

Задание состоит всего из 3 упражнений.

Задания для 5–6 классов: «Бірлік» – 5 баллов, «Сарт-сұрт» –5 баллов, «Нәби» – 5 баллов.

Задания для 7–8 классов: «Бірлік» 5 баллов –, «Алақан» –5 баллов, «Нәби» –5 баллов.

Максимальный балл за правильное выполнение задания «Бес асық» – **15 баллов**

С учётом возрастных особенностей:

- Для 5–6 классов вес асыка – 9 г, ширина – 2 см, длина – 3 см.

- Для 7–8 классов вес асыка – 11 г, ширина – 2 см, длина – 3,5 см.

Выполнение упражнений «Бес асық» должно осуществляться в соответствии с установленными правилами. Участнику предоставляется одна попытка для выполнения упражнения.

Если участник не сможет выполнить какой-либо элемент или соединение, либо заменит его другим, оценка будет снижена. Судьи оценивают правильность техники и качество выполнения заданий «Бес асық».

Бес асық 5 – 6 классы /девочки/

	Упражнение	Оценивание	Ошибки	Оценка, Баллы (максимум 15)
1	БІРЛІК	Подбрасывать Хан-асық, собирать асыки с ковра по одному, аккуратно размещая их в порядке, собирая.	-Неправильная поза, неправильное разбрасывание асыков. - При подбрасывании вверх уронить Хан-асық. -При ловле Хан-асыка он задевает тело или одежду.	5 баллов
2	САРТ-СҰРТ	Действие из упражнения «Бірлік» повторяется, но Хан - асық подбрасывается дважды. При ловле брошенного Хан - асық , асыки соприкасаются друг с другом, должен быть слышен характерный звук	-Неправильная поза, неправильное разбрасывание асыков. -При подбрасывании вверх уронить Хан-асық. - При ловле Хан-асыка он задевает тело или одежду.	5 балл

		столкновения <u>костей</u> «Сарт-сұрт»..	Нет характерного звука «Сарт-сұрт»	
3	НӘБИ	Хан-асық подкидывается и оставшиеся асыки по очереди, скользящим движением, вводятся под «Отау» на тыльную сторону руки, так чтобы подброшенный асык не опрокинулся, и не задел Наби.	- Неправильное разбрасывание асыка, движение ладони после того, как Хан-асық уже взят. - Движение пальцев и ладони во время выполнения упражнения. - Начать игру без выбора «Нәби» или не ввести выбранного «Нәби» в конце скользящим движением. - Касания рукой других асыков при скольжении и поймать Хан- асық	5 балл

Примечание: в случае несоответствия правилам баллы не учитываются.

Упражнение №1. «Бірлік».



Участник раскидывает на ковре пять асыков, после чего берёт Хан-асык. Затем участник подбрасывает Хан-асык вверх, берёт один из лежащих на ковре асыков так, чтобы подброшенный хан-асык коснулся его.

После этого подобранный асык кладет на ковер и снова

подбрасывается Хан-асык вверх, и по очереди берёт второй, третий и четвёртый асык из разбросанных на ковре.

Согласно правилам, необходимо: правильно разбрасывать асыки; подбрасывать Хан-асык вверх и поднимая с ковра асык сразу ловит его; поймать Хан-асык необходимо так, чтобы он не задел одежду и тело участника; собирать асыки по порядку, не позволяя им соприкасаться друг с другом, и не задевая рукой лежащий на ковре другой асык. Внешняя сторона ладони не должна касаться ковра. Асыки, взятые с ковра, собираются отдельно.

Упражнение №2. «Сарт-сұрт».



Действие, выполняемое в задании «Бірлік» повторяется, но Хан-асык подкидывается дважды, при втором подкидывании Хан-асыка, асыки соприкасаясь друг с другом, должны издать звук «Сарт-сұрт».

Упражнение №3. «Нәби».



Участник касается кончиками большого и среднего пальца удобной руки формирует «Отау».

Затем, с вершины сформированного «Отау» он рассыпает асыки перед собой.

Из рассыпанных на ковре асыков судья определяет «Наби», который должен войти в «Отау» последним асыком.

«Наби» не должен быть задет другими асыками при вхождении в «Отау».

Хан-асык подкидывается и оставшиеся асыки по очереди, скользящим движением, передаются под «Отау» на тыльную сторону руки, так чтобы подброшенный асык не опрокинулся, и не задел Наби.

«Бес асык» 7–8 классы /девочки/

	Упражнение	Оценивание	Ошибки	Баллы
1	БІРЛІК	Подбрасовать Хан-асык, собирать асыки с ковра по одному, аккуратно размещая их в порядке, собирая.	-Неправильная поза, неправильное разбрасывание асыков. - При подбрасывании вверх уронить Хан-асык. -При ловле Хан-асыка он задевает тело или одежду.	5 балл
2	АЛАҚАН	Асыки бросаются на ковер, затем ладонь кладется на ковер так, чтобы их внешняя сторона была направлена вниз к ковра. После этого Хан-асык подбрасывается вверх, с ковра берётся первый асык и кладётся на ладонь, после чего Хан-асык ловится. Второй, третий и четвёртый асыки выполняются аналогичным образом. При опускании руки на ковер: Рука не должна касаться колен. Асыки собираются в ладонь. Не допускается опрокидывание асыков. Пальцы не должны двигаться. Разбросанные асыки необходимо подбирать, не касаясь их рукой.	-Неправильное разбрасывание асыков, а также движение ладони после того, как хан уже взят -Движение пальцев во время выполнения упражнения -При сборе асыков на ладонь, их размещение на запястье и сбрасывание ранее собранных асыков -Неправильная поза, неправильное разбрасывание асыков. -При подбрасывании вверх уронить Хан-асык. - При ловле Хан-асыка он задевает тело или одежду.	5 баллы
3	НӘБИ	Хан-асык подкидывается и оставшиеся асыки по очереди, скользящим движением, вводятся под «Отау» на тыльную сторону руки, так чтобы подброшенный асык не опрокинулся, и не задел Наби.	- Неправильное разбрасывание асыка, движение ладони после того, как Хан-асык уже взят. -Движение пальцев и ладони во время выполнения упражнения. - Начать игру без выбора «Нәби» или не ввести выбранного «Нәби» в конце скользящим движением.	5 балл

			-Касания рукой других асыков при скольжении и поймать Хан-асык.	
--	--	--	---	--

Упражнение №1. «Бірлік»



Участник раскидывает на ковре пять асыков, после чего берёт Хан-асык. Затем участник подбрасывает Хан-асык вверх, берёт один из лежащих на ковре асыков так, чтобы подброшенный хан коснулся его.

После этого подобранный асык кладет на ковер и снова подбрасывается Хан-асык вверх, и по очереди берёт второй, третий и

четвёртый асык из разбросанных на ковре.

Согласно правилам, необходимо: правильно разбрасывать асыки; подбрасывать Хан-асык вверх и поднимая с ковра асык сразу ловит его; поймать Хан-асык необходимо так, чтобы он не задел одежду и тело участника; собирать асыки по порядку, не позволяя им соприкоснуться друг с другом, и не задевая рукой лежащий на ковре другой асык. Внешняя сторона ладони не должна касаться ковра. Асыки, взятые с ковра, собираются отдельно.

Упражнение №2. «Алақан»



Асыки бросаются на ковер, затем ладонь кладется на ковер так, чтобы их внешняя сторона была направлена вниз к ковра.

После этого Хан-асык подбрасывается вверх, с ковра берётся первый асык и кладётся на ладонь, после чего Хан-асык ловится.

Второй, третий и четвёртый асыки выполняются аналогичным образом.

При опускании руки на ковер она не должна касаться колена. Необходимо собирать асыки на ладонь, не допуская их опрокидывания, не двигая пальцами и не касаясь рукой разбросанных асыков.

Упражнение №3. «Нәби»



Участник с помощью большого и среднего пальцев удобной руки формирует «Отау». Затем, с вершины сформированного «Отау» он рассыпает асыки перед собой.

Из рассыпанных на ковре асыков судья определяет «Наби», который должен войти в «Отау» последним асыком.

«Наби» не должен быть задет другими асыками при вхождении в «Отау». Хан-асык подкидывается и оставшиеся асыки по очереди, скользящим движением, вводятся под «Отау» на тыльную сторону

руки, так чтобы подброшенный асык не опрокинулся, и не задел «Наби» при этом не поднимая руку с ковра.