

Баскетбол

Требования к внешнему виду.

1. Внешний вид участников должен быть опрятным. Участники должны быть одеты в спортивную форму и обувь, соответствующую виду деятельности, не создающую затруднений при выполнении задания и соответствующую требованиям техники безопасности для каждого вида конкурсных испытаний.

2. Девочки/девушки (согласно виду спорта), но могут быть одеты в гимнастические купальники или футболки с короткими рукавами и короткими брюками («лосинами»); мальчики/юноши (согласно виду спорта), но могут быть одеты в майки, футболки, короткие трико («велосипедки»), спортивные трусы, шорты.

Конкурсное задание заключается в выполнении основных игровых элементов из раздела «Баскетбол» примерной программы для учащихся основной и средней (полной) школы.

3. Руководство испытаниями.

Руководство для проведения испытания состоит из:

- главного судьи по баскетболу;
- судьи на площадке;
- секретаря.

Практическое олимпиадное задание для обучающихся 5-6 классов.

В данном практическом задании принимают участие мальчики и девочки – обучающиеся 5-6 классов. Для выполнения упражнения предлагается баскетбольный мяч №5.

И.П.- участник находится под баскетбольным кольцом.

По сигналу судьи участник бежит выполняя ведение мяча одной рукой к фишке-ориентиру №1, затем переводит мяч на другую руку оббегая фишку-ориентир №2 и так далее (в соответствии с правилами баскетбола) выполняет ведение мяча со сменой рук, змейкой обводя фишки – ориентиры, после обведения фишки – ориентира №5 участник с ведением движется к «двойному усу» ближней боковой линии штрафной зоны и выполняет бросок в корзину (в случае не попадания участник выполняет бросок повторно), далее делает подбор мяча и в обратную сторону выполняет те же действия начиная с фишки – ориентира №5 заканчивая фишкой – ориентиром №1, далее участник с ведением движется к «двойному усу» ближней боковой линии штрафной зоны и выполняет бросок в корзину (в случае не попадания участник выполняет бросок повторно). Остановка секундомера осуществляется в момент касания мячом сетки после 1-го броска в корзину (в случае не попадания после 2-го).

Оценка выполнения.

Фиксируется время преодоления дистанции и точность броска. Остановка секундомера осуществляется в момент касания мячом сетки после итогового броска в корзину.

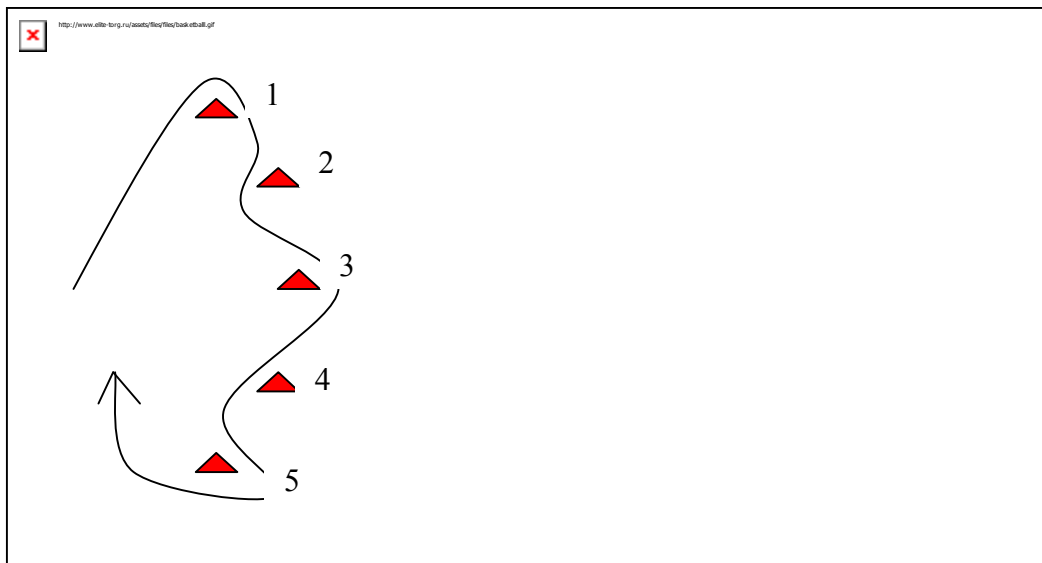
Каждое не попадание мяча в корзину – 5 сек. штрафного времени.

В случае не попадания мячом в кольцо, участник имеет право выполнить одну дополнительную попытку без штрафного времени.

За каждое нарушение правил (пробежка, пронос мяча, двойное ведение, неправильная смена рук, касание стоек, выход за пределы площадки) участнику к его фактическому времени прибавляется дополнительно по 1 секунде. За необбегание фишки-ориентира и перемещение неуказанным способом добавляется по 3 штрафных секунды.

Победителем признается тот участник, который покажет наименьшее время выполнения упражнения.

Примерный план.



Практическое олимпиадное задание для обучающихся 7-8 классов.

В данном практическом задании принимают участие мальчики и девочки – обучающиеся 7-8 классов.

Для выполнения упражнения предлагается баскетбольный мяч №6.

И.П.- участник находится под баскетбольным кольцом.

По сигналу судьи участник бежит выполняя ведение мяча одной рукой к фишке-ориентиру №1, затем переводит мяч на другую руку оббегая фишку-ориентир №2 и так далее (в соответствии с правилами баскетбола) выполняет ведение мяча со сменой рук, змейкой обводя фишки – ориентиры, после обведения фишки – ориентира №5 участник с ведением движется к фишке №6 (штрафной зоны) и выполняет бросок в кольцо, не зависимо от результативности броска, участник выполняет подбор мяча и перемещается к фишке №7, выполняет бросок в кольцо - далее делает подбор мяча и перемещается к фишке №8 выполняет бросок - далее делает подбор мяча и двигается в обратную сторону выполняя те же действия начиная с фишки – ориентира №5 заканчивая фишкой – ориентиром №1, далее участник с ведением движется к фишке №6 (штрафной зоны) и

выполняет бросок в кольцо, не зависимо от результативности броска, участник выполняет подбор мяча и перемещается к фишке №7, выполняет бросок в кольцо - далее делает подбор мяча и перемещается к фишке №8 выполняет бросок в корзину (в случае не попадания участник выполняет бросок повторно). Остановка секундомера осуществляется в момент касания мячом сетки после 1-го броска в корзину (в случае не попадания после 2-го).

Оценка выполнения.

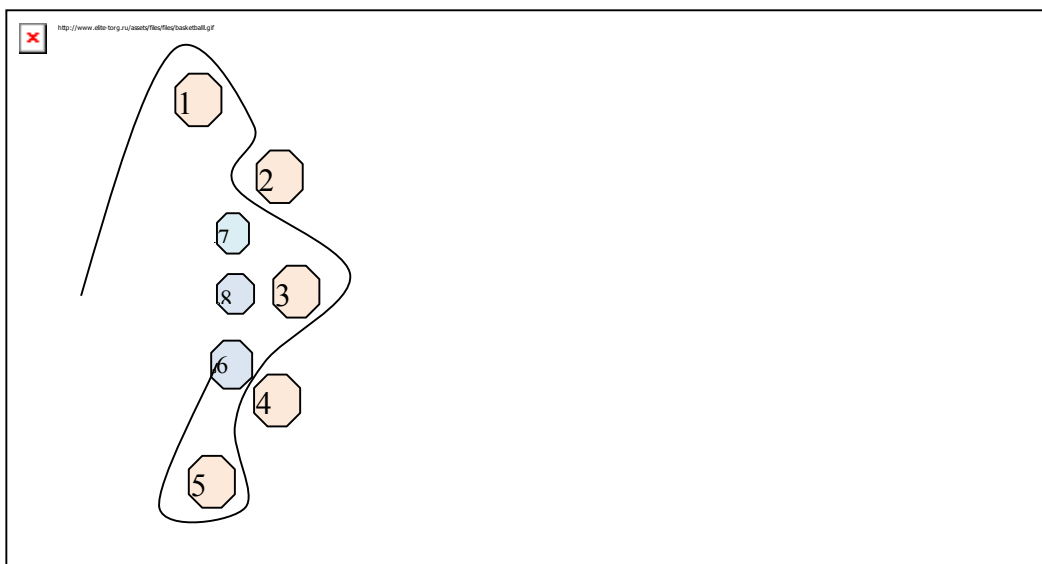
Фиксируется время преодоления дистанции и точность броска. Остановка секундомера осуществляется в момент касания мячом сетки после итогового броска в корзину.

Каждое не попадание мяча в корзину – 5 сек. штрафного времени. В случае не попадания мячом в кольцо, участник имеет право выполнить одну дополнительную попытку без штрафного времени.

За каждое нарушение правил (пробежка, пронос мяча, двойное ведение, неправильная смена рук, касание стоек, выход за пределы площадки) участнику к его фактическому времени прибавляется дополнительно по 1 секунде. За необегание фишки-ориентира и перемещение неуказанным способом добавляется по 3 штрафных секунды.

Победителем признается тот участник, который покажет наименьшее время выполнения упражнения.

Примерный план.



Практическое олимпиадное задание для обучающихся 9 -11 классов.

В данном практическом задании принимают участие юноши и девушки – обучающиеся 9 – 11 классов.

Для выполнения упражнения предлагается баскетбольный мяч №6 (девушки) и мяч №7 (юноши).

И.П.- участник находится на отметке № 1 за пределами штрафной зоны.

Участнику дается 1 минута времени для совершения максимального количества бросков в баскетбольную корзину.

Основная задача участника – результативный бросок, подбор мяча после броска, перемещение с ведением мяча за штрафную зону на контрольную точку по заданному порядку и вновь бросок.

За каждое результативное попадание мяча в корзину участнику начисляется 2 очка.

Победителем признается тот участник, который набирает наибольшее количество очков.

Начисление штрафных очков происходит за следующие нарушения:

За каждое нарушение правил (нарушение порядка прохождения этапа, пробежка, пронос мяча, двойное ведение, неправильная смена рук, выход за пределы площадки) с участника снимается 0,5 очков.

