

**Контрольное испытание по баскетболу №1
юноши и девушки 9-10-11 классы**

Оценка исполнения

Фиксируется время преодоления дистанции и точность броска. Остановка секундомера осуществляется в момент касания мячом площадки после броска в корзину после двух шагов из-под щита. В случае непопадания в корзину после двух шагов участник имеет право выполнить две дополнительные попытки. Если участник уходит с площадки, не выполнив дополнительные попытки, то к его времени выполнения задания прибавляется по 10 сек. за каждый не совершенный бросок. Если участник из 3 бросков, совершенных из-под щита, не попал ни разу в кольцо, он наказывается штрафом – 7 секунд. Если участник, не попал штрафной бросок к его времени прибавляется 4 сек.. За каждое нарушение правил в технике ведения мяча (пробежка, пронос мяча, двойное ведение, неправильная смена рук, касание фишек-ориентиров) участнику к его фактическому времени прибавляется за каждое нарушение по 1 секунде. За необбегание центрального круга добавляется 15 сек. штрафного времени, за смену направления движения 10 секунд. Касание центрального круга мячом или любой другой частью тела (за каждое касание по 2 сек.) За необбегание. фишки и перемещение неуказанным способом добавляется по 5 штрафных секунды.

**Контрольное испытание по футболу №2
юноши 9-10-11 классы**

Штрафное время начисляется за следующие ошибки:

1. Не оббегание фишки с мячом – плюс 10 сек;
2. Нанесение удара по мячу вне зоны удара – плюс 5 сек;
3. Удар по мячу не той ногой - плюс 5 сек;
4. Непопадание по воротам – плюс 15 сек;
5. Удар по воротам низом – плюс 5 сек.
6. Касание фишки (мячом, ногой) - плюс 3 сек

**Контрольное испытание по волейболу №3
девушки 9-10-11 классы**

За точную подачу в указанную зону верхней прямой подачей – 4 очка

За точную подачу в указанную зону нижней прямой подачей – 3 очка

Подача в прыжке - 6 очков

Премиальные очки (обозначается стандартным гимнастическим обручем.) при попадании добавляется 1 очко.

За подачу в любую зону кроме, указанных начисляется 1 очко.

Если подача выполнена в сетку или в аут снимается 3 очка.

Контрольное испытание №4

Гимнастика 9-10-11

Юноши и Девушки

Испытания проводятся в виде выполнения участниками акробатической комбинации, произвольно составленной из пяти обязательных соединений. Стоимость каждого соединения составляет **2,0** балла. Если участник не выполнил какой – либо элемент, включённый в соединение, или соединение полностью, его оценка снижается на **2,0** балла.

Комбинация должна иметь четко выраженное начало и окончание, включать в себя связующие элементы, придающие комбинации целостность и динамичность, выполняться слитно без неоправданных пауз по акробатической дорожке со сменой направления. Фиксация статических элементов не менее **2** секунд.

Продолжительность выполнения комбинации не должна превышать **60** секунд.

Общая суммарная стоимость выполненных соединений составляет базовую оценку, из которой вычитаются сбавки за ошибки в технике выполнения обязательных и добавленных участником связующих элементов. Максимальная оценка **10.0** баллов.

Судьи оценивают качество выполнения комбинации в сравнении с идеально возможным вариантом исполнения.