**Рабочий протокол гимнастика (с элементами акробатики)**

**мальчики 5 класс**

**ФИ участника\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Стартовый №\_\_\_\_\_\_\_**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Акробатические элементы и соединения**  **Ошибки** мелкие – **0,1** балла, средними – **0,3** балла, грубыми – **0,5** балла.  **Ошибка** невыполнения элемента – 0,5 балла | **Стои-мость** | **Сбавки** | | | | | | | | | **Итоговая оценка** |
| **сбавка в баллах** | | | | | **сбавка стоимость элемента** | | | |
| **Нарушение требований к форме 0,5 балла** | **Упражнение должно иметь четко выражен-ное начало и окончание**  **0,5 балла** | **Оказание участнику помощь, 1,0 балл** | **Нарушение дисцип-лины, 0,5 балла** | **Касание пола за ограничительными линиями (дорожки),**  **1,0 балл** | **Нарушение техники выполнения элемента или соединения** | **Потеря равновесия, приводящая к падению** | **Фиксация элемента менее 2 сек.** | **Приземление не на стопы при выполнении прыжков** |  |
|  | И.п. – о.с. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1. | Правую (левую) в сторону на носок, руки в стороны – фронтальное равновесие (пятка поднятой ноги не ниже 45°), держать – приставить правую (левую) и наклон вперёд, руками коснуться пола, держать | 1,0 + 1,0 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2. | В упор присев, обозначить, кувырок назад, в упор присев, в сед углом, руки в стороны держать | 1,5 + 2,0 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3. | Перекат назад в стойку на лопатках, держать – перекат вперёд в упор присев | 1,5 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4. | Кувырок вперед | 1,5 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5. | Прыжок вверх с поворотом на 180° | 1,5 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Итого:** | **10,0** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Главный судья \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Секретарь \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**