



Аппендикс + 10

Шифр

Р 3 0 0 7 0

30 ноября – 1 декабря 2018

Тексты заданий для муниципального этапа олимпиады
по Физической культуре

Комплект заданий для учеников 9-11 классов

Номер задания	Баллы
1	1
2	1
3	1
4	1
5	1
6	1
7	1
8	1
9	1
10	1
11	1
12	1
13	1
14	1
15	1
16	1
17	1
18	1
19	1
20	2
21	2
22	2
23	2
24	2
25	2
26	5
27	4
28	1
29	1
30	2
31	5,5
32	3
33	12
Общий балл	64,5

Председатель жюри:

Члены жюри:

(Шамбер С.А.)
(Дорожников В.С.)

Уважаемый участник Олимпиады!

Вам предстоит выполнить тестовые задания.

Выполнение тестовых заданий целесообразно организовать следующим образом:

- не спеша, внимательно прочитайте тестовое задание;
- определите, какой из предложенных вариантов ответа наиболее верный и полный;
- зачеркните букву, соответствующую выбранному Вами ответу;
- продолжайте таким образом работу до завершения выполнения тестовых заданий;
- после выполнения всех предложенных заданий еще раз удостоверьтесь в правильности выбранных Вами ответов;
- На вопросы в открытой форме Вы должны разборчиво вписать слово (словосочетание) в бланк ответов.
- На вопрос по сопоставлению Вы должны цифру из левого столбца таблицы соотнести с буквой из второго столбца.
- На вопрос по логической последовательности Вы должны в бланк ответов внести букву, которой соответствует правильная последовательность цифр.
- На задание, связанное с перечислением, вы должны в бланке ответов перечислить как можно больше известных вам факторов.
- На задание графического типа Вы должны схематично (в виде пиктограмм) изобразить требуемые упражнения.
- На задание-кроссворд вы должны вписать ответы в бланк ответов.

Предупреждаем Вас, что:

- при оценке тестовых заданий, где необходимо определить один *правильный ответ*, 0 баллов выставляется как за неверный ответ, а также, если участником отмечены несколько ответов (в том числе правильный), или все ответы;
- при оценке тестовых заданий, где необходимо определить все *правильные ответы*, 0 баллов выставляется, если участником отмечены все ответы.

Задание теоретического тура считается выполненным, если Вы вовремя сдаете его членам жюри.

Максимальная оценка – 64,5 балла.

Время на выполнение заданий - 45 минут

Заполните анкету в бланке ответов:

1. Инструкция к тесту мне...

- ☒ а. Понятна. в. Понятна не полностью.
б. Понятна отчасти. г. Не понятна.

2. Вы хотели бы задать вопросы для уточнения задания?

- а. Да. б. Нет. ☒ в. Не знаю. г. Да, но стесняюсь.

Желаем вам успеха!

Теоретико-методический тур

Задания в закрытой форме

1. Международный Олимпийский Комитет в качестве города, принимающего в 2024 году XXXIII Игры Олимпиады, выбрал...

- а) Москва;
- б) Париж;
- в) Токио;
- г) Лондон.

2. Президент Международного олимпийского комитета Т. Бах является олимпийским чемпионом по:

- а) плаванию;
- б) фехтованию;
- в) легкой атлетике;
- г) гимнастике.

3. Священное перемирие, объявляемое на время Олимпийских игр в Древней Греции:

- а) олимпионик;
- б) пентатлон;
- в) экехерия;
- г) элланодик.

4. Перечень запрещенных субстанций и методов (запрещенный список), который составляется Всемирным антидопинговым агентством (WADA) пересматривается...

- а) не реже одного раза в год;
- б) через 2 года;
- в) через 3 года;
- г) через 4 года (в соответствии с олимпийским циклом).

5. Физическая культура ориентирована на совершенствование:

- а) работоспособности человека;
- б) физических и психических качеств учащихся;
- в) природных физических свойств человека;
- г) техники двигательных действий.

6. Чтобы обеспечить сокращение мышц, кровь должна приносить к ним:

- а) воду, кислород и углекислый газ;
- б) кислород и глюкозу;
- в) воду, глюкозу, кислород и белки;
- г) углекислый газ и воду.

7. Функция дыхательных путей:

- а) Обогрев и увлажнение воздуха, защита от пыли и инфекции;
- ☒ б) Защита от пыли и инфекции, газообмен;
- в) Защита от пыли и инфекции, окисление органических веществ;
- г) Обогрев и увлажнение воздуха, газообмен.

8. Укажите, как называется метод организации деятельности занимающихся на уроке физической культуры, при котором весь класс выполняет одно и то же задание?

- а) фронтальный;
- б) поточный;
- ☒ в) одновременный;
- г) групповой.

9. Техникой физических упражнений принято называть...

- а) способ целесообразного решения двигательной задачи;
- ☒ б) способ организации движений при выполнении упражнений;
- в) состав и последовательность движений при выполнении упражнений;
- ☒ г) рациональную организацию двигательных действий.

10. Процесс обучения двигательному действию рекомендуется начинать с освоения...

- а) основы техники;
- б) ведущего звена техники;
- ☒ в) подводящих упражнений;
- г) исходного положения.

11. Выносливость человека не зависит от...

- а) функциональных возможностей систем энергообеспечения;
- ☒ б) быстроты двигательной реакции;
- в) настойчивости, выдержки, мужества, умения терпеть;
- г) силы мышц.

12. Для воспитания быстроты используются...

- а) подвижные и спортивные игры;
- б) упражнения в беге с максимальной скоростью на короткие дистанции;
- ☒ в) упражнения на быстроту реакции и частоту движений;
- ☒ г) двигательные действия, выполняемые с максимальной скоростью.

13. Упражнения «на гибкость» выполняются...

- а) до появления пота;
- ☒ б) по 8-16 циклов движений в серии;
- в) пока не начнет увеличиваться амплитуда движений;
- г) до появления болевых ощущений.

14. Способность как можно дольше удерживать достигнутую максимальную скорость называется...

- а) скоростным индексом;
- б) абсолютным запасом скорости;
- в) коэффициентом проявления скоростных способностей;
- г) скоростной выносливостью.

15. Наиболее информативным, объективным и широко используемым в практике физического воспитания и спорта показателем реакции организма на физическую нагрузку является:

- а) величина частоты сердечных сокращений (ЧСС);
- б) коэффициент выносливости;
- в) время выполнения двигательного действия;
- г) продолжительность сна.

16. Выполнение упражнения «уголок» на параллельных брусьях в течение одной минуты – это проявление...

- а) статической силы;
- б) силовой выносливости;
- в) выносливости;
- г) координационной выносливости.

17. Разновидностью какого метода является «фартлек» (игра скорости, беговая игра)?

- а) равномерного;
- б) переменного;
- в) интервального;
- г) кругового.

18. К циклическим видам спорта относится...

- а) фехтование;
- б) велоспорт;
- в) вольная борьба;
- г) гимнастика.

19. Игра во флорбол проходит на прямоугольной площадке размером

- а) 30×20 метров;
- б) 40×20 метров;
- в) 40×30 метров;
- г) 60×40 метров.

Задания в открытой форме

20. Какой правовой документ является основным в установлении правовых, организационных, экономических и социальных основ деятельности в области физической культуры и спорта в Российской Федерации?

21. Определенный период жизни, в котором создаются оптимальные условия для развития определенных физических качеств называют ...

возраст.

22. Максимальная сила, проявляемая человеком в каком-либо движении, независимо от массы его тела – это... *выносливости*

23. Сочленение (соединение) двух или более костей называется...

24. Новый вид спорта, смесь настольного тенниса и футбола...

тенбол

25. Немеждународное массовое спортивное соревнование по нескольким видам спорта, ... *состязание*

Задания на «сопоставление»

26. Сгруппируйте физические упражнения по разным признакам.

<i>В</i>	1	по анатомическому признаку <i>В</i>	А	локальные, региональные, глобальные
<i>Б</i>	2	по биомеханическому признаку <i>Б</i>	Б	динамические, статические (изометрические), комбинированные
<i>В</i>	3	по особенностям режима работы мышц <i>В</i>	В	максимальной, субмаксимальной, большой, умеренной
<i>Г</i>	4	по охвату групп мышц <i>Г</i>	Г	для мышц рук, плечевого пояса, туловища, ног
<i>А</i>	5	по признаку физиологических зон мощности <i>А</i>	Д	циклические, ациклические, комбинированные

27. Установите соответствие между разновидностями эффектов «переноса» двигательного навыка и условиями их проявления:

1	Взаимный <i>Г</i>	А	когда ранее освоенный навык влияет на формирование целого ряда движений, которые могут и не иметь структурного сходства с ним
---	-------------------	---	---

2	Прямой В	Б	когда формирование одного навыка содействует образованию другого, а обратного влияния не обнаруживается
3	Односторонний Б	В	когда происходит перенос навыков с одного двигательного действия на другое и обратно
4	Косвенный В (А)	Г	когда формирование навыка в одном упражнении способствует формированию навыка в другом упражнении
		Д	когда структура изучаемых действий имеет большое сходство

Задания алгоритмического толка

28. Расположите контрольные упражнения в порядке, который необходимо соблюдать при тестировании: а. тесты на силу; б. тесты на гибкость; в. тесты на быстроту; г. тесты на силовую выносливость; д. тесты на общую выносливость.

а) а, б, в, г, д;

в) а, в, б, г, д;

б) б, в, г, д, а;

г) б, в, а, г, д.

29. Определите правильную последовательность задач образовательной группы при обучении тому или иному физическому упражнению:

а. разучивание; б. закрепление; в. формирование; г. совершенствование; д. контроль.

а) а, б, в, г, д;

в) а, в, б, г, д;

б) а, в, г, д, б;

г) д, а, б, в, г.

Задания в форме, предполагающей перечисление

30. Перечислите обязательные испытания (тесты) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО» V ступени (возрастная группа от 16 до 17 лет)...

31. Назовите города-организаторов чемпионата мира по футболу 2018 года.

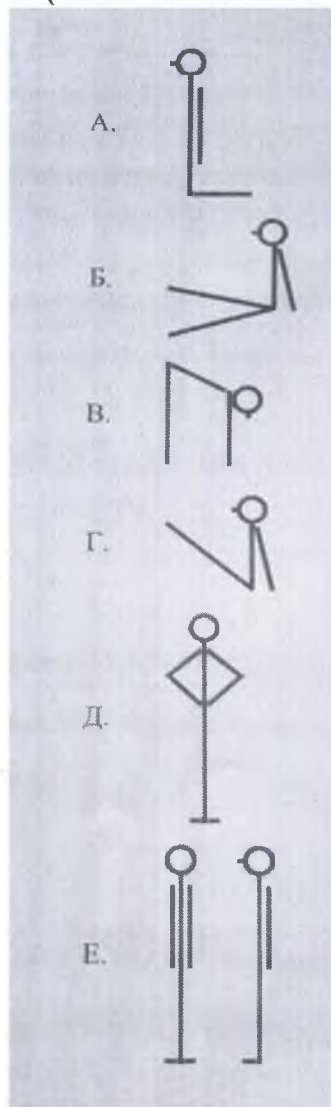
Москва, Санкт-Петербург, Екатеринбург,
Казань, Нижний Новгород, Краснодар, Чита

(6)

Задание с графическим изображением двигательных действий

32. Сформулируйте название положения тела, соответствующее графическому изображению (ответ впишите в бланк ответов):

Бег 1000 м. —
 + Бег 60 м. (+)
 Бег 30 м. —
 Поднимание туловища из висячего положения —
 отведение рук наизусть +
 Проток в длину —
 с места или с разбега
 + Гибкость. +
 + Отжимание. +
 Нетание вперед. —



сидящий в коленях —
 сгибание рук в локтях —
 ноги
 положение прогнувшись —
 вниз
 сгибание туловища +
 стойка руки на поясе. +
 руки прямо
 стойка врозь —
 ноги

Задание-кроссворд

33. Решите кроссворд, записав слова в бланке ответов. Укажите названия мест проведения спортивных соревнований в различных видах спорта

По вертикали: 1. Баскетбол 2. Тяжелая атлетика 3. Теннис

По горизонтали: 4. Борьба дзю-до 5. Фехтование 6. Легкая атлетика

Вы выполнили задание.

Поздравляем!

**ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ
Муниципальный этап**

БЛАНК ОТВЕТОВ

Шифр Р30070

Контрольные вопросы по инструкции к тесту:

1	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
2	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г

Задания в закрытой форме

№ вопроса	Варианты ответов				№ вопроса	Варианты ответов			
1	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input checked="" type="checkbox"/> г	11	<input type="checkbox"/> а	<input checked="" type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
2	<input checked="" type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	12	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input checked="" type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
3	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input checked="" type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	13	<input type="checkbox"/> а	<input checked="" type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
4	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input checked="" type="checkbox"/> г	14	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input checked="" type="checkbox"/> г
5	<input type="checkbox"/> а	<input checked="" type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input checked="" type="checkbox"/> г	15	<input checked="" type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
6	<input type="checkbox"/> а	<input checked="" type="checkbox"/> б	<input checked="" type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	16	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input checked="" type="checkbox"/> г
7	<input type="checkbox"/> а	<input checked="" type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	17	<input type="checkbox"/> а	<input checked="" type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
8	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input checked="" type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	18	<input type="checkbox"/> а	<input checked="" type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
9	<input type="checkbox"/> а	<input checked="" type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	19	<input type="checkbox"/> а	<input checked="" type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
10	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input checked="" type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г					

Задания в открытой форме

20.	_____
21.	<u>возраст</u>
22.	<u>возможность</u>
23.	_____
24.	<u>температура</u>
25.	<u>состояние</u>

Задания «на сопоставление»

- 0,5 26.1 - Б 2 - Б 3 - Д 4 - Г 5 - А
 1,5 27.1 - Г 2 - Б 3 - Б 4 - Д

Задания алгоритмического толка

- 1,5 28. ☐ а ☐ б ☐ в ☒ г
 — 29. ☐ а ☒ б ☐ в ☐ г

Задания в форме, предполагающей перечисление

- 1,5 30. Бег на 1000, 30, 60 м.
Поднимание туловища из виса

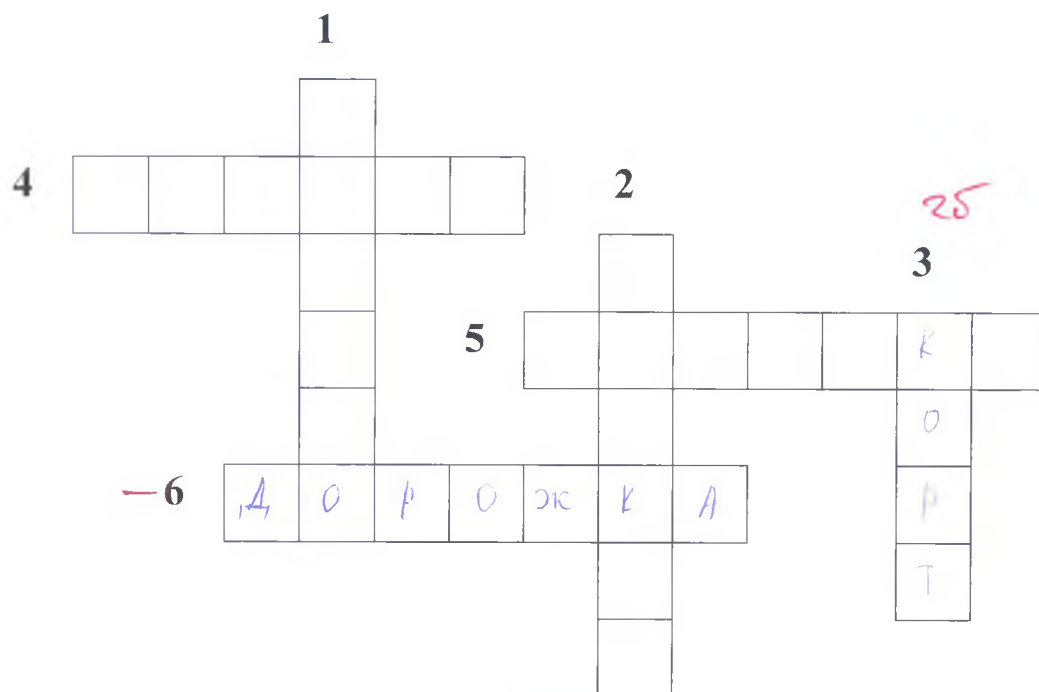
- 2,5 31. Москва, Санкт-Петербург, Екатеринбург
Кунинский городок, Казань

Задание с графическим изображением двигательных действий

32.

Изображение	Название положения тела
А	
Б	
В	
Г	
Д	
Е	

33. Задание-кроссворд



Оценка:
Подписи жюри:

С