



Шифр  
0 3 0 0 5 3

218

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: \_\_\_\_\_ (Иванов)  
Члены жюри: \_\_\_\_\_ (Петров)  
\_\_\_\_\_ (Сидоров)

## ***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 ...

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

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

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

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

### Задания на «сопоставление»

26. Сгруппируйте физические упражнения по разным признакам.

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

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

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



2	Прямой	Б	когда формирование одного навыка содействует образованию другого, а обратного влияния не обнаруживается
3	Односторонний	В	когда происходит перенос навыков с одного двигательного действия на другое и обратно
4	Косвенный	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

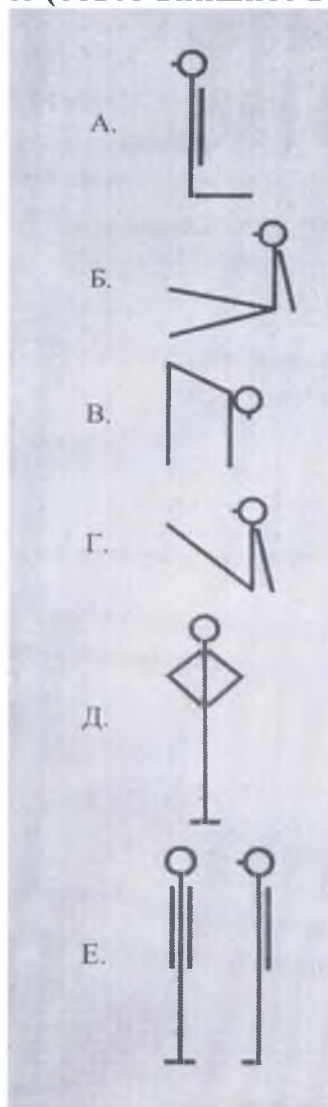
30. Перечислите обязательные испытания (тесты) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО» V ступени (возрастная группа от 16 до 17 лет)... метание, бег 100м, бег 2 км, пресс, гибкость

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

Самара, Екатеринбург, Сочи, Питер, Мск,

*Задание с графическим изображением двигательных действий*

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



*Задание-кроссворд*

33. Решите кроссворд, записав слова в бланке ответов. Укажите названия мест проведения спортивных соревнования 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 Ф30053

Контрольные вопросы по инструкции к тесту:

1	а	б	в	г
2	а	б	в	г

**Задания в закрытой форме**

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

35

**Задания в открытой форме**

20. \_\_\_\_\_

21. генеральство

22. выносимость

23. цетав

24. фюрба

25. эстарета

25

### Задания «на сопоставление»

26. 1 - б 2 - д 3 - с 4 - з 5 - а 15  
 27. 1 - б 2 - з 3 - с 4 - а 45  
 + + + +

### Задания алгоритмического толка

28. ☐ а ☐ б ☐ в ☒ г 1  
 29. ☐ а ☐ б ☒ в ☐ г 1

### Задания в форме, предполагающей перечисление

30. метание мяча (шайбы), бег 100 м, бег 2 км, подъем туловища, подъем туловища на перекладине, наклон туловища (гидкости), прыжок в длину

31. Самара, Санкт-Петербург, Екатеринбург, Москва, Сочи, Нижний Новгород, Волгоград, Владивосток 35

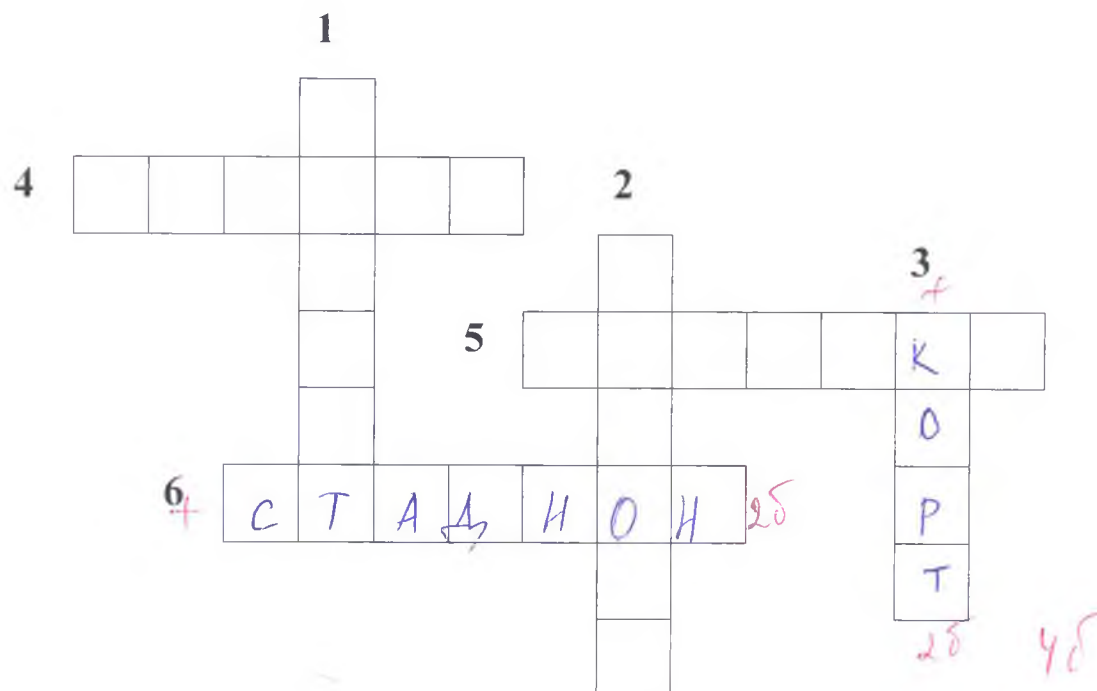
### Задание с графическим изображением двигательных действий

32.

Изображение	Название положения тела
+ А	Становая на каблуки, руки вдоль тела, ступни прямые
+ Б	Сидя, ноги врозь, ступни прямые, руки на ширине плеч
- В	наклон туловища вперед с прямыми коленями, касание пола руками
+ Г	руки на коленях, ноги вместе носки врозь
- Д	сидя ладони ног врозь 60° градусов, ступни ровные, ноги прямые и вместе
+ Е	основная стойка, руки вдоль тела, ноги вместе носки врозь

0,5  
0,5  
25  
0,5

### 33. Задание-кроссворд



Оценка:

215

Подписи жюри:

*[Handwritten signature]*