

30 ноября – 1 декабря 2018

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-кресворд 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 сдадите 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...

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

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

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

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.

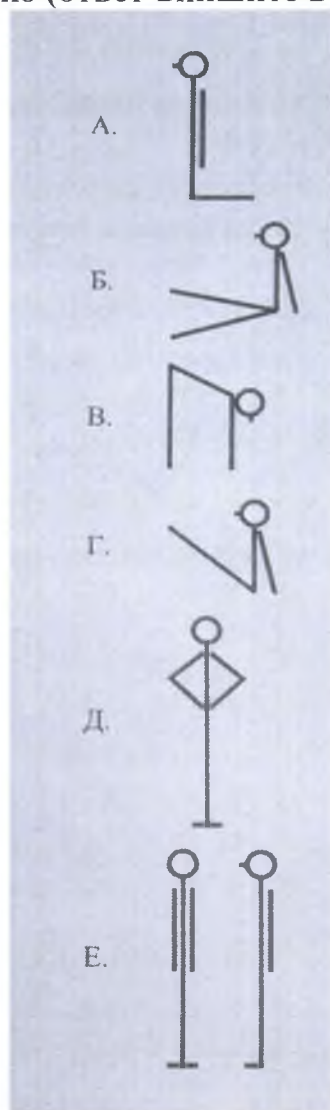
Задания в форме, предполагающей перечисление

30. Перечислите обязательные испытания (тесты) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО» V ступени (возрастная группа от 16 до 17 лет)... *бег 300 м; бег 30, 60, 100 м.*

31. Назовите города-организаторов чемпионата мира по футболу 2018 года. *Москва, Казань, Сочи, Питер. Екатеринбург.*

Задание с графическим изображением двигательных действий

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



уик. стойка
руки на пояс

уик. стойка
руки по швам
вдоль туловища

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 9230074

Контрольные вопросы по инструкции к тесту:

1	<input checked="" 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 checked="" 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 <u>1</u>
- 2	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input checked="" type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	+ 12	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input checked="" type="checkbox"/> г <u>1</u>
- 3	<input checked="" type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	+ 13	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input checked="" type="checkbox"/> г <u>1</u>
- 4	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input checked="" type="checkbox"/> г	- 14	<input type="checkbox"/> а	<input checked="" type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
+ 5	<input type="checkbox"/> а	<input checked="" type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г <u>1</u>	+ 15	<input checked="" type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г <u>1</u>
+ 6	<input type="checkbox"/> а	<input checked="" type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г <u>1</u>	+ 16	<input type="checkbox"/> а	<input checked="" type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г <u>1</u>
- 7	<input type="checkbox"/> а	<input checked="" type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	- 17	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input checked="" type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
- 8	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input checked="" 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 type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input checked="" type="checkbox"/> г	- 19	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input checked="" type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
- 10	<input checked="" type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г					

Задания в открытой форме

- 20. Трикоз

- 21. лучший возраст (юность)

- 22. _____

- 23. малыш

- 24. тембл

- 25. Олимпиада

Задания «на сопоставление»

- 26.1 - ⁵ 2 - ¹ 3 - ² 4 - ⁶ 5 - ^а 15
- 27.1 - ⁵ 2 - ⁶ 3 - ^а 4 - ²

Задания алгоритмического толка

28. ☒ а ☐ б ☐ в ☐ г

29. ☐ а ☒ б ☐ в ☐ г

Задания в форме, предполагающей перечисление

30. ^{0,5} без 3000 м, ^{0,5} без 30, 60, 100 м, ^{0,5} потающие глазом, ^{0,5} наклон, ^{0,5} *пол. поднятие туловища из положения лежа, ^{0,5} точной без. 1

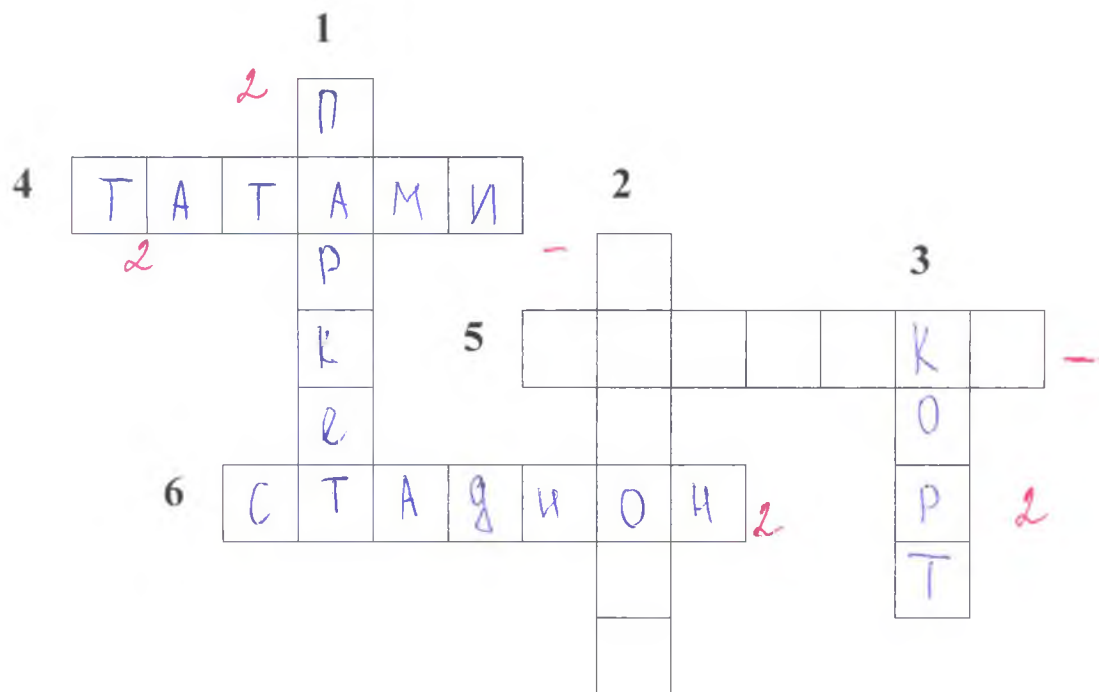
31. ^{0,5} Москва, ^{0,5} Казань, ^{0,5} Санкт-Петербург, ^{0,5} Сочи, ^{0,5} Екатеринбург, ^{0,5} Ростов-на-Дону 38

Задание с графическим изображением двигательных действий

32.

Изображение	Название положения тела
А	стойка на коленях
Б	положение ноги, ноги врозь.
В	
Г	упреждение
Д	упреждение стойка, руки на колес.
Е	упреждение стойка, руки врозь туловища

33. Задание-кроссворд



Оценка: 20,5

Подписи жюри: Владимирова!