



Шифр

3 0 0 7 2

235

оф

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:

Олеинкова Е.С. (оф)  
Федоринская Г.В.

## ***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. Техникou 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, ...

### *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;~~

~~д) д, а, б, в, г.~~

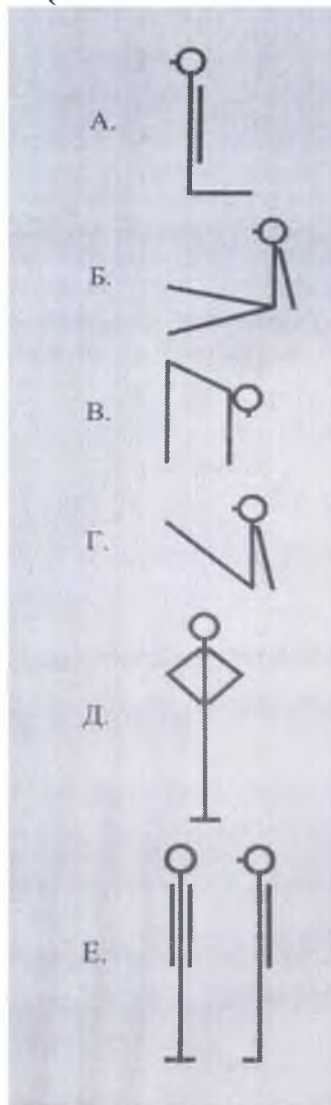
### *Задания в форме, предполагающей перечисление*

**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.**

*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 30072

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	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input checked="" type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	0	11	<input type="checkbox"/> а	<input checked="" type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	1
2	<input checked="" type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	0	12	<input type="checkbox"/> а	<input checked="" type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	0
3	<input checked="" type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	0	13	<input type="checkbox"/> а	<input checked="" type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input checked="" type="checkbox"/> г	1
4	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input checked="" type="checkbox"/> г	0	14	<input type="checkbox"/> а	<input checked="" type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input checked="" type="checkbox"/> г	1
5	<input type="checkbox"/> а	<input checked="" type="checkbox"/> б	<input checked="" type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	1	15	<input checked="" type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input checked="" type="checkbox"/> г	1
6	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input checked="" type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	0	16	<input type="checkbox"/> а	<input checked="" type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	1
7	<input checked="" type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	1	17	<input type="checkbox"/> а	<input checked="" type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	1
8	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input checked="" type="checkbox"/> г	0	18	<input type="checkbox"/> а	<input checked="" type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	1
9	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input checked="" type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	1	19	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input checked="" type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	0
10	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input checked="" type="checkbox"/> г	0						10

**Задания в открытой форме**

20. \_\_\_\_\_ 0
21. \_\_\_\_\_ 0
22. \_\_\_\_\_ 0
23. \_\_\_\_\_ 0
24. \_\_\_\_\_ 0
25. \_\_\_\_\_ 0

Задания «на сопоставление»

26.1 - <sup>0</sup>А 2 - <sup>0</sup>Б 3 - <sup>0</sup>В 4 - <sup>0</sup>Г 5 - <sup>0</sup>Д  
27.1 - <sup>1</sup>Б 2 - <sup>0</sup>В 3 - <sup>1</sup>Б 4 - <sup>1</sup>А 35

Задания алгоритмического толка

28. ☐ а ☐ б ☒ в ☐ г 0

29. ☐ а ☐ б ☒ в ☐ г 1

Задания в форме, предполагающей перечисление

30. Пронесок в длину, отжиманий или подтягиваний, без <sup>0,5</sup> или 3 без учёта <sup>0,5</sup> времени, <sup>0,5</sup> шбкость 1,5

31. <sup>0,5</sup> Екатеринбург, Саратов, Санкт-Петербург, <sup>0,5</sup> Самара 1,5

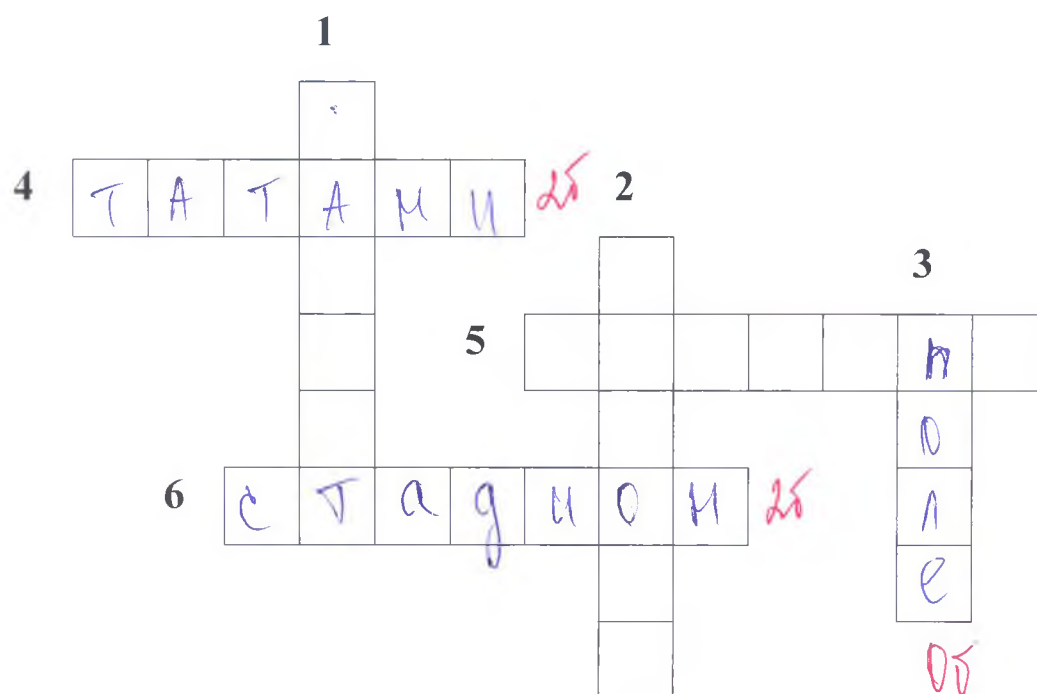
Задание с графическим изображением двигательных действий

32.

Изображение	Название положения тела
А	Упор, стоя на коленях. Руки <del>вниз</del> вдоль туловища
Б	Упор сидя, руки отставлены назад, ноги на ширине плеч
В	Упор стоя согнувшись, касаясь рукой <del>меи пола</del>
Г	Сед упором, ноги держат ноги на весу, руки отставлены назад
Д	Исходное положение, руки на пол.
Е	Исходное положение, руки вдоль туловища

2,5

### 33. Задание-кроссворд



Оценка:

Подписи жюри:

25