



Шифр  
Ф 3 0 0 5 6

195.

2/1

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: А.А.А. (А.А.А.)  
Члены жюри: Б.Б.Б. (Б.Б.Б.)  
В.В.В. (В.В.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. 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 ...

*восстановление*

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

*ускорение*

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

*неправильное сращивание*

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

*фрейсбол*

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

*американский футбол*

### 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

*1-В 2-Д 3-Б 4-Г 5-А*

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

1 - Г 2 - ~~В~~ А 3 - Б 4 - Д

### 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

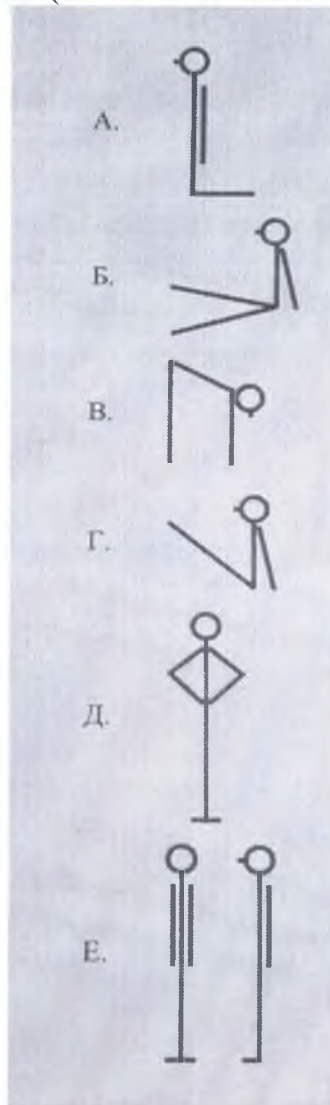
30. Перечислите обязательные испытания (тесты) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО» V ступени (возрастная группа от 16 до 17 лет)... *подтягивание на пер...*

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

*Москва, Санкт-Петербург*

### Задание с графическим изображением двигательных действий

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



стойка на носках  
руки ~~вдоль~~ в стороны

наклон вперед

углы рук оттянуты  
назад

основная  
стойка поперек,  
руки на поясе

основная  
стойка поперек  
руки в стороны

### 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 Ф30056

**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 checked="" type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	+ 11	<input type="checkbox"/> а	<input checked="" type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	15
+ 2	<input type="checkbox"/> а	<input checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	+ 14	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input checked="" type="checkbox"/> г	15
+ 5	<input type="checkbox"/> а	<input checked="" type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	+ 15	<input checked="" type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	15
6	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input checked="" type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	+ 16	<input type="checkbox"/> а	<input checked="" type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	15
7	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input checked="" type="checkbox"/> г	+ 17	<input type="checkbox"/> а	<input checked="" type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	15
+ 8	<input checked="" type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	18	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input checked="" type="checkbox"/> г	
+ 9	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input checked="" type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	19	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input checked="" 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. Восстановление
22. Ускорение
23. Неправильное строение
24. Рейс-бал
25. Олимпиада

Задания «на сопоставление»

26.1 - <sup>15</sup> В 2 - <sup>15</sup> А 3 - Б 4 - Г 5 - А

27.1 - Г 2 - А 3 - Б 4 - А

Задания алгоритмического толка

28. ☒ а ☐ б ☐ в ☐ г

29. ☐ а ☒ б ☐ в ☐ г

Задания в форме, предполагающей перечисление

0,5 30. Подтягивание на перекладине

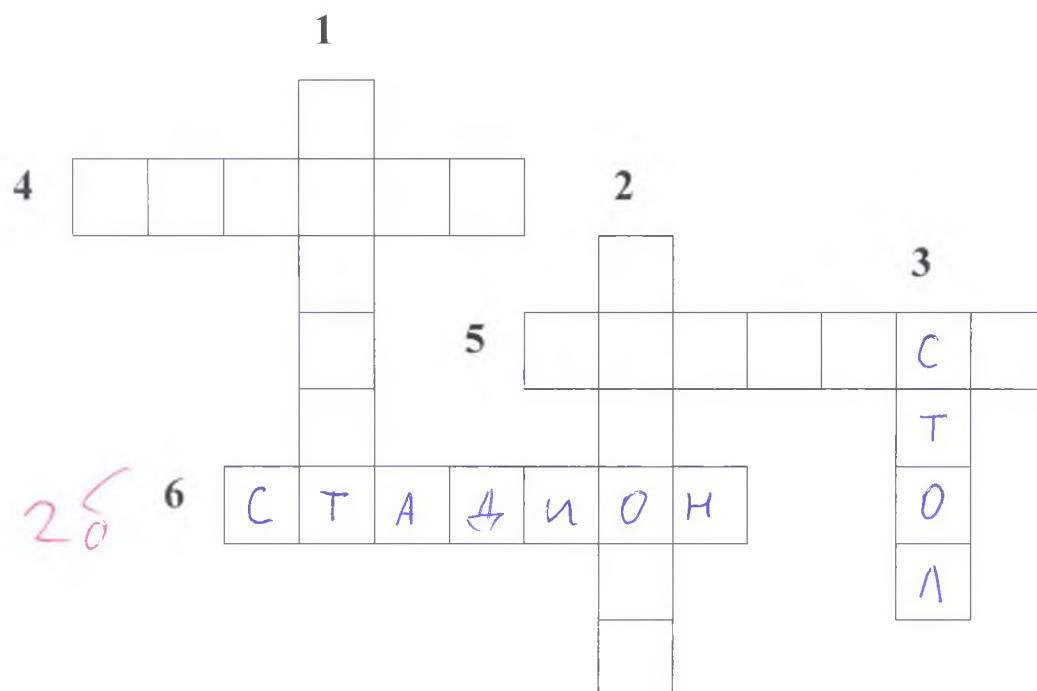
0,5 31. Москва, Санкт Петербург

Задание с графическим изображением двигательных действий

32.

Изображение	Название положения тела
А	стойка на коленях, руки вдоль тела
Б	
В	Наклон вперед
Г	
Д	Основная стойка, ноги врозь, руки на поясе
Е	Основная стойка, ноги врозь, руки вдоль тела

### 33. Задание-кроссворд



### Оценка:

### Подписи жюри: