

Шифр ЧК.У.8

Муниципальное образование «Гурьевский муниципальный округ»
ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ
ПО ФИЗКУЛЬТУРЕ
(школьный этап)
2023 – 2024 учебный год
Теоретико-методическое задание
9-11 класс

Максимально возможная сумма - 55 баллов.

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к уровню знаний учащихся общеобразовательных школ по предмету «Физическая культура».

Задания объединены в группы:

1. Задания в закрытой форме, то есть с предложенными вариантами ответов. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильное завершение из предложенных вариантов. Среди них содержатся как правильные, так и неправильные завершения, а также частично соответствующие смыслу утверждений. Правильным является то, которое наиболее полно соответствует смыслу утверждения.

Ряд заданий оцениваются, если отмечены все зачетные варианты. Это условие указано в задании: «отметьте все позиции».

Выбранные варианты отмечаются, зачеркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в» или «г».

Правильное решение задания в закрытой форме с выбором одного правильного ответа оценивается в 1 балл, неправильное – 0 баллов.

2. Задания в открытой форме, то есть без предложенных вариантов ответов. При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подбранное определение вписывайте в соответствующую графу бланка ответов.

Правильное решение задания в открытой форме, в которых правильный ответ надо дописать, оценивается в 2 балла.

3. Задание «на соответствие», связанные с сопоставлением четырех представленных позиций.

В заданиях на соответствие двух столбцов каждый правильный ответ оценивается в 1 балл, а каждый неправильный – 0 баллов.

4. Задания, связанные с перечислениями известных вам фактов.

Каждая верная позиция оценивается в 0,5 баллов.

Контролируйте время выполнения задания.

Время выполнения заданий – 45 минут.

Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов. Заполните анкету в бланке ответов: напишите свою фамилию, имя, отчество, школу и класс, который Вы представляете.

1. Первый комплекс ГТО появился в СССР в период:

а) с 1938 по 1945гг.

в) с 1929 по 1938гг.

б) с 1918 по 1925гг.

г) с 1927 по 1928гг.

2. В женское многоборье в спортивной гимнастике не входят..... ? (Отметьте все позиции)

а) вольные упражнения

- б) конь
- в) упражнения в равновесии на бревне
- г) опорные прыжки
- д) брусья
- ж) упражнения на брусьях разной высоты
- з) упражнения на перекладине

3. Где прошли летние олимпийские игры 2020 года?

- а) Сеуле
- б) Шанхае
- в) Токио
- г) Сидней

4. Какой показатель характеризует тип телосложения человека ...?

- а) Индекса Кетле
- б) Индекса Эрисмана
- в) Индекса Брока
- г) Индекс Пинье

5. К видам легкой атлетики не относятся.....? (Отметьте все позиции)

- а) эстафета
- б) толкание ядра
- в) бег по пересеченной местности
- г) кросс
- д) семиборье
- ж) марафон

6. По какому виду спорта проходил чемпионат мира в России в 2018 году?

- а) дзюдо
- б) лёгкой атлетике
- в) футболу
- г) мини-футболу

7. К Олимпийским лыжным видам спорта относятся.....? (Отметьте все позиции)

- а) Сноуборд
- б) Хоккей с мячом
- в) Спортивный балет на льду
- г) Прыжки на лыжах с трамплина
- д) Лыжные гонки
- е) Фристайл
- ж) Сноукайтинг

8. Реакция организма занимающихся на физическую нагрузку в процессе урока (занятия) определяется с помощью:

- а) оперативного контроля
- б) итогового контроля
- в) текущего контроля
- г) рубежного контроля

9. Назовите компонент физической культуры, раскрывающий психофизические способности человека на предельных уровнях.

- а) физическая рекреация
- б) физическое воспитание
- в) спорт
- г) физическая реабилитация

10. Наиболее распространенным методом воспитания силовых способностей является

- а) электростимуляция
- б) переменных упражнений, выполняемых «до отказа»
- в) круговая тренировка на основе силовых упражнений
- г) использование предельных и не предельных отягощений

11. Что понимается под тестированием физической подготовленности?

- а) измерение уровня развития основных физических качеств.
- б) измерения роста и веса.
- в) измерения показателей деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем.
- г) измерение антропометрических данных.

12. Какие факторы преимущественно обуславливают уровень проявления общей выносливости?

- а) факторы функциональной экономичности
- б) аэробные возможности
- в) скоростно-силовые способности
- г) личностно-психические качества

13. Достижение, ратифицированное в качестве высших показателей в деятельности, на основе которой организована соревновательная, обозначается как

рекорд

14. Педагогический процесс, направленный на обучение движениям, воспитание физических качеств, овладение специальными физкультурными знаниями и воспитание морально-волевых качеств принято называть физическим воспитанием

15. Сопоставьте выдающихся спортсменов и виды спорта, в которых они выступают.

Спортсмены	Виды спорта
1. Илья Авербух	а. Футбол
2. Светлана Ромашина	б. Спортивное плавание
3. Маргарита Мамун	в. Фигурное катание
4. Игорь Акинфеев	г. Художественная гимнастика
	д. Синхронное плавание

16. Сопоставьте физические качества и тесты, с помощью которых можно оценить уровень их развития.

	Физические качества	Содержание теста
1	Скоростно-силовые качества	а) Бег на длинные дистанции. Измеряется время преодоления фиксированной дистанции или расстояние, преодоленное за фиксированное время.
2	Сила	б) Челночный бег с указанием длины прямых участков и количества поворотов. Измеряется время преодоления дистанции.
3	Быстрота	в) Опускание и подъем туловища из положения сидя или лёжа. Подсчитывается количество повторений.
4	Выносливость	г) Наклон вперед из положения стоя. Измеряется расстояние от кончиков пальцев до опоры
		д) Бег на короткие дистанции с высокого старта.

1В; 4а; 2б; 3г
3д; 2г; 4б; 1а;

17. Сопоставьте ЧСС и показатели интенсивности при нагрузке

	Частота сердечных сокращений	Показатели интенсивности
1	180 ударов в минуту и выше	а) средней интенсивности
2	130-160 ударов в минуту	б) низкой интенсивности
3	165-180 ударов в минуту	в) большой интенсивности
4	до 130 ударов в минуту	г) высокой интенсивности

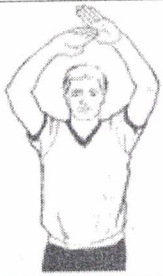

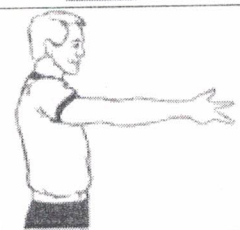
18. Сопоставьте размеры площадок в игровых видах спорта

	Спортивные игры	Размеры площадок
1	Бадминтон	а) 16×8 метров
2	Баскетбол	б) 40×20 метров
3	Волейбол	в) 28x15 метров
4	Флорбол	г) 18x9 метров
		д) 13,4x5,18 метров

19. Сопоставьте название физических качеств и их определение

	Физическое качество	Определение
1	Гибкость	а) способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему за счёт мышечных усилий.
2	Выносливость	б) предельное, максимальное усилие, которое спортсмен может развить в динамическом или статическом режиме.
3	Сила	в) способность выполнять движения с большой амплитудой
4	Абсолютная сила	г) выполнения работы с заданной интенсивностью в течение длительного времени.

20. Сопоставьте жесты судьи в баскетболе и их значения

1		а) замена
2		б) нарушение правил трех секунд
3		в) один штрафной бросок

4



г) технический фол

21. Перечислите все спортивные снаряды в спортивной гимнастике кольца шш; конь шш; параллельные брусья; шш. перекладина, шш. бревно, разновысокие брусья

22. В художественной гимнастике с какими предметами могут выступать спортсменки скакалка, мяч, обруч; лента, булавы

23. Перечислите олимпийские дистанции в плавании вольным стилем на спине (100-200), брасс (100-200м); баттерфляй (100м-200) классич. плав (200-400м), эстафета вольным стилем (4x-100)

24. Представьте, что Вы стали Олимпийским чемпионом. В Вашу честь поднимается флаг и играет гимн Российской Федерации. Вы, как истинный патриот страны, знаете его слова. Напишите 9 недостающих слов по порядку.

Россия – священная наша страна

Россия – любимая наша девушка

Могучая воля, великая слава

Твое достоинство на все времена!

Славься, отечество наше свободное,

Братских народов союз вековой,

Предками данная мудрость народная!

Славься, страна! Мы гордимся тобой!

Школьный этап всероссийской олимпиады школьников по физической культуре 9-11 классы

БЛАНКОТВЕТОВ

Номер вопроса	Ответ	Номер вопроса	Ответ
1.	а	13	рекорд 2
2.	г; д; в	14	воспитанием 2
3.	в 1	15	1в; 4а; 2д; 3г 4
4.	в 0,5	16	3д; 2г; 4б; 1а. 1
5.	б; г; ас	17	4б; 2а; 3в; 1г 3
6.	в 1	18	1а; 3г; 2в; 4б 4
7.	а; г; г	19	2г; 1а; 3в; 4б 2
8.	в	20	1а; 2в; 3б; 4г 2
9.	в 1	21	кольца; конь; паралимпийские игры; перекладина; древко; ружья; орудия 3
10.	в	22	скакалка; мяч; брэнч; лента; булава 2
11.	а 1	23	на спине (100-200м); бросок (100-200м); (4х-100)м. 4,5
12.	в	24	

Оценка (слагаемые и сумма) 34,5 · 33,55

Члены жюри:

линия отреза _____

Шифр

ФИО участника

класс

ФИО учителя