

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. Подобранный ответ 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.

б) 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 непредельных 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 лежа. 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.

**17. Сопоставьте ЧСС и показатели интенсивности при нагрузке .....**

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



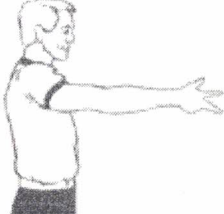
**18. Сопоставьте размеры площадок в игровых видах спорта**

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

**19. Сопоставьте название физических качеств и их определение .....**

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

**20. Сопоставьте жесты судьи в баскетболе и их значения**

1		<del>а) замена</del>
2		<del>б) нарушение правил трех секунд</del>
3		<del>в) один штрафной бросок</del>

4



г) технический фол

21. Перечислите все спортивные снаряды в спортивной гимнастике кольца, кань, бревно, брусья, разновысок. брусья; перекладина, ковер
22. В художественной гимнастике с какими предметами могут выступать спортсменки бумага, ленты, обручи, мячи.

23. Перечислите олимпийские дистанции в плавании вольным стилем 50-800 м (1000 м)
- 50, 100, 200, 400, 800, 1500

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 державка,  
 Россия – любимая наша отрада.  
 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**

**БЛАНК ОТВЕТОВ**

Номер вопроса	Ответ	Номер вопроса	Ответ
1.	в 1	13	рекорд 2
2.	в; з 2,5	14	воспитание 2
3.	в 1	15	<u>1-б; 2-г; 3-2; 4-а.</u> 4
4.	б	16	<u>1-г; 2-2; 3-д; 4-в.</u>
5.	б; г	17	<u>1-2; 2-а; 3-б; 4-б.</u>
6.	в 1	18	<u>1-б; 2-б; 3-2; 4-г.</u> 1
7.	б; в	19	<u>1-б; 2-2; 3-а; 4-д.</u> 4
8.	в x	20	<u>1-а; 2-б; 3-д; 4-2.</u> 2
9.	а 1	21	когда, как было лучше, чем тогда, перемена 3
10.	в	22	лучше, чем тогда, перемена, лучше 2
11.	а 1	23	50, 100, 200, 800, 1600. 2
12.	в	24	4,5

Оценка (слагаемые и сумма) 32б 31,5б

Члены жюри:

линия отреза \_\_\_\_\_

Шифр

ФИО участника

класс

ФИО учителя