

МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП
ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Задания для обучающихся 9-11 классов

Теоретико-методическое задание

Физ-ра 34

285

Н.И.

Время выполнения задания – 45 минут.

Максимальное количество баллов – 40

Перед Вами задания по физической культуре. Они соотнесены с содержанием школьного курса физическая культура, а также требуют широкого кругозора, навыка поиска информации и умения мыслить.

Вам предлагается 28 заданий, максимально возможная сумма за правильные ответы – 40 баллов. Максимально возможное количество зачетных баллов за теоретико-методическое задание – 20 баллов.

Обратите внимание: за выполнение каждого задания Вы получите различное количество баллов, поскольку степень сложности заданий также различна.

Если Вам кажется, что задания относятся к теме, не очень хорошо Вам знакомой, не теряйте самообладание. Пропускайте незнакомые задания. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.

Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Достаточно проявить внимание и сообразительность, которые помогут успешно справиться с заданием.

Желаем успеха!

Какая из советских спортсменок дала имя одному из сложнейших элементов спортивной гимнастики, выполненный на брусках?

- а) Надя Команечи
- б) Ольга Корбут
- в) Алина Кабаева
- г) Лариса Лагутина

2. История этого вида спорта насчитывает около полутора тысяч лет. Вероятно, старейшим известным предком является индийская игра чатуранга, заимствованная персами, которые видоизменили её и назвали шатрандж. После арабского завоевания Персии в VII веке шатрандж распространился в пределах арабского халифата, а от арабов стал известен европейцам. О каком виде спорта идет речь?

- а) волейбол
- б) футбол
- в) шахматы
- г) лапта

3. Кто ввёл в программу Олимпийских игр конкурсы искусств?

- а) Деметриус Викелас
- б) Пьер де Кубертен
- в) Майкл Моррис Килланин
- г) Хуан Антонио Самаранч

4. Каким цветом обозначена Европа в эмблеме Международного олимпийского комитета (МОК)?

- а) жёлтый

б) голубой

в) черный

г) красный

д) зелёный

5. Сколько человек у одной волейбольной команды может одновременно находиться на игровой площадке?

а) 6

б) 2

в) 4

г) 8

6. Назовите основную меру безопасности при проведении подвижных игр

а) строго соблюдать правила игры

б) избегать столкновений с игроками, толчков и ударов по рукам и ногам игроков

в) при падении сгруппироваться

г) внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) руководителя

д) всё вышеперечисленное

7. Правильным выполнение метания мяча на дальность считается

а) в специальном секторе

б) мокрым снарядом

в) стоять рядом с выполняющим метание

г) передавать снаряд для метания друг другу броском

8. Масса спортивного снаряда при выполнении норматива метание снаряда на дальность для девушек и юношей:

- а) 500 гр. и 700 гр.
- б) 500 гр. и 600 гр.
- в) 500 гр. и 800 гр.
- г) 500 гр. и 900 гр.

9. Какая дистанция на выносливость в обязательных испытаниях (тестах) для юношей есть в IV ступени ВФСК ГТО?

- а) 2000 м
- б) 900 м
- в) 800 м
- г) 1000 м

10. Что называют скандинавской ходьбой?

- а) Специфический способ передвижения по снегу
- б) пешие путешествия, во время которых при ходьбе опираются на специальные палки
- в) передвижение на снегоступах
- г) передвижение на лыжах без палок

11. Гипоксия – это...

- а) избыток витаминов
- б) недостаток того или иного витамина
- в) кислородная недостаточность
- г) гиперкератоз

12. Автор книги «Аэробика» и создатель одноименной оздоровительной системы

- а) Д. Фонда
- б) Г. Малахов

б) М. Семенова г) К. Купер

13. Какой прибор используется для измерения силы кисти?

а) ростомер в) динамометр

б) линейка г) спирометр

Задания в закрытой форме с множественным выбором ответов № 14-

При выполнении этих заданий необходимо выбрать два правильных варианта из предложенных.

14. Выберите виды состязаний, которые входили в программу Олимпийских игр древности, но не входят в современных?

а) пентаглон в) прыжки в длину

б) двойной бег г) метания копья и диска

15. Какие упражнения можно использовать для развития гибкости?

а) отжимание на брусьях или в упоре лёжа

б) упражнения для развития подвижности суставов

в) подтягивания

г) наклоны туловища из разных исходных положений

**II. Задания в открытой форме, в котором нужно правильно вписать
правильный ответ № 16– 20**

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

16. _____ - это составная часть общего воспитания, педагогический процесс, направленный на формирование физической культуры личности в результате педагогических воздействий и самовоспитания.

– программная и нормативная основа системы физического воспитания населения, устанавливающая государственные требования к уровню его физической подготовленности и нацеленная на развитие массового спорта и оздоровление нации, гармоничное и всестороннее развитие личности, воспитание патриотизма и обеспечение преемственности в осуществлении физического воспитания населения.

– сочетание соответствующих возможностей человека, обладающего специальными знаниями, умениями, навыками, физическими, психологическими и физиологическими качествами, совершать целенаправленные действия, формировать процессы мыслительной деятельности.

– это способность человека к длительному выполнению работы без снижения ее эффективности. Развитие этой способности осуществляется в процессе выполнения упражнений, вызывающих утомление и усталость.

– это способность человека быстро овладевать новыми движениями и быстро перестраивать двигательную деятельность в соответствии с требованиями меняющейся обстановки.

При выполнении этих заданий необходимо установить соответствие между словами, соединив их в пары, составляющие устойчивые выражения.

III. Задания на сопоставление, в которых необходимо установить соответствие № 21 – 22

21. Установите соответствие в испытаниях ГТО (6 степень).

А: Обязательные испытания, Б: Испытания по выбору.

Группа	Испытание
А	ег на 100 м (с)
	туристический поход не менее 100 км, количество навыков
	тжимание в упоре лежа, количество раз.

Группа	Испытание
Б	4. Подтягивание из виса на высокой перекладине количество раз
	5. Плавание на 50 м, мин, сек
	6. Метание спортивного снаряда весом 500 г. (м)

Ответ: ~~1-5, 3-4, 2-6~~ А: 1, 43 Б: 2, 50.

68

22. Установите соответствие между видами физической культуры и их описанием.

1. Физическое воспитание	А) Организованная по определённым правилам деятельность людей, состоящая в сопоставлении их физических и (или) интеллектуальных способностей, а также подготовка к этой деятельности и межличностные отношения, возникающие в ее процессе.
2. Профессионально-прикладная физическая культура	Б) Педагогический процесс, направленный на морфологическое и функциональное совершенствование организма человека, повышение уровня физических качеств, формирование и развитие двигательных навыков, улучшения форм тела (осанка, развитие грудной клетки, мышц).
3. Спорт	В) Медицинская дисциплина, применяющая средства физической культуры (в основном физические упражнения) с целью лечения и реабилитации больных и инвалидов, а также профилактики заболеваний

4. Лечебная физическая культура	Г) Комплекс мер спортивно-оздоровительного характера, направленных на реабилитацию и адаптацию
5. Адаптивная физическая культура	Д) Специализированный вид физического воспитания, направленный на формирование и совершенствование свойств и качеств личности, имеющих существенное значение для конкретной профессиональной деятельности.

Ответ: А-3 Б-1 В-4 Г-5 Д-2

65

IV. Задание процессуального или алгоритмического толка

23. Определите последовательность фаз при занятиях аэробными упражнениями. Правильный ответ подчеркните.

а) разминка б) силовая нагрузка в) заминка г) аэробная фаза

- 1) а,г,б,в 2) б,г,а,в 3) а,г,в,б

V. Задание в форме, предполагающей перечисление известных фактов, характеристик и т.п.

24. В каком порядке расположились эти страны в медальном зачете зимней Олимпиады 2014 года в Сочи (от первого к четвертому)?

А) Канада Б) Норвегия В) Россия Г) США

Ответ: 1 - Б 2- В 3- А 4 - Г

20

VI. Задания с иллюстрациями или графическими изображениями двигательных действий (пиктограммы).

25. Напишите в бланке ответов напротив соответствующей буквы название вида спорта, к которому относится спортсмен.



А	Б	В	Г
<i>плавание</i>	<i>баскетбол</i>	<i>хоккей</i>	<i>гимнастика</i>

+

+

+

VII. Задание-кроссворд.

30

26. Решите кроссворд, записав в него слова. Ключевое слово запишите отдельно.

По вертикали:

1. Вид спорта включает в себя следующие дисциплины: фехтование, плавание, коньки, бег и стрельба.
2. Вид спорта, суть которого заключается в последовательном прохождении трех этапов, каждый из которых представляет собой отдельный вид спорта (плавание, велогонка, бег).
3. Большое помещение для спортсменов.
4. Спортивная обувь фигуристов.
5. Водный олимпийский вид спорта.
6. Спортивное приспособление в виде приподнятой доски с пружинами или без них, от которого с разбега отталкиваются для прыжка.
7. Зимний вид спорта, состязание в беге на лыжах и стрельбе по мишеням.
8. Как называется деревянная часть ракетки?
9. Шнур, используемый в гимнастических упражнениях.



30

VIII. Задание-задача.

Читаем условия задачи, решаем на черновике, записываем решение в графу ответов. Контролируйте время выполнения задания.

27. На основании информации, указанной во фрагменте протокола соревнований по лыжным гонкам, определите результат (в часах, минутах и секундах) и место каждого участника соревнований.

Стартовый номер	Время старта	Время финиша

Ответ: Предоставлены колонки с указанием стартового номера, результата каждого участника (в часах, минутах и секундах) и места – необходимо после расчетов – заполнить данную таблицу по результатам и местам каждого участника соревнований.

Стартовый номер	Результат	Место

МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП
ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Задания для обучающихся 9-11 классов

Теоретико-методическое задание

Физ-ра 8

ЗАО

Н.м.

Время выполнения задания – 45 минут.

Максимальное количество баллов – 40

Перед Вами задания по физической культуре. Они соотнесены с содержанием школьного курса физическая культура, а также требуют широкого кругозора, навыка поиска информации и умения мыслить.

Вам предлагается 28 заданий, максимально возможная сумма за правильные ответы – 40 баллов. Максимально возможное количество зачетных баллов за теоретико-методическое задание – 20 баллов.

Обратите внимание: за выполнение каждого задания Вы получите различное количество баллов, поскольку степень сложности заданий также различна.

Если Вам кажется, что задания относятся к теме, не очень хорошо Вам знакомой, не теряйте самообладание. Пропускайте незнакомые задания. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.

Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Достаточно проявить внимание и сообразительность, которые помогут успешно справиться с заданием.

Желаем успеха!

Какая из советских спортсменок дала имя одному из сложнейших элементов спортивной гимнастики, выполненный на брусьях?

а) Надя Команечи

б) Ольга Корбут

в) Аллина Кабаева

г) Лариса Лагунина

2. История этого вида спорта насчитывает около полутора тысяч лет. Вероятно, старейшим известным предком является индийская игра чатуранга, заимствованная персами, которые видоизменили её и назвали шахмандж. После арабского завоевания Персии в VII веке шахмандж распространился в пределах арабского халифата, а от арабов стал известен европейцам. О каком виде спорта идет речь?

а) волейбол

б) футбол

в) шахматы

г) лагга

3. Кто ввёл в программу Олимпийских игр конкурсы искусств?

а) Деметриус Викелас

б) Пьер де Кубертен

в) Майкл Моррис Килланин

г) Хуан Антонио Самаранч

4. Каким цветом обозначена Европа в эмблеме Международного олимпийского комитета (МОК)?

а) жёлтый

б) голубой

в) черный

г) красный

д) зелёный

5. Сколько человек у одной волейбольной команды может одновременно находиться на игровой площадке?

а) 6

б) 2

в) 4

г) 8

6. Назовите основную меру безопасности при проведении подвижных игр

а) строго соблюдать правила игры

б) избегать столкновений с игроками, толчков и ударов по рукам и ногам игроков

в) при падении сгруппироваться

г) внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) руководителя

д) всё вышеперечисленное

7. Правильным выполнение метания мяча на дальность считается

а) в специальном секторе

б) мокрым снарядом

в) стоять рядом с выполняющим метание

г) передавать снаряд для метания друг другу броском

8. Масса спортивного снаряда при выполнении норматива метание снаряда на дальность для девушек и юношей:

а) 500 гр. и 700 гр.

б) 500 гр. и 600 гр.

в) 500 гр. и 800 гр.

г) 500 гр. и 900 гр.

+

9. Какая дистанция на выносливость в обязательных испытаниях (тестах) для юношей есть в IV степени ВФСК ГТО?

а) 2000 м

б) 900 м

в) 800 м

г) 1000 м

+

10. Что называют скандинавской ходьбой?

а) Специфический способ передвижения по снегу

б) пешие путешествия, во время которых при ходьбе опираются на специальные палки

в) передвижение на снегоступах

г) передвижение на лыжах без палок

+

11. Гипоксия – это...

а) избыток витаминов

в) кислородная недостаточность

б) недостаток того или иного витамина

г) гиперкератоз

+

12. Автор книги «Аэробика» и создатель одноименной оздоровительной системы

а) Д. Фоида

в) Г. Малахов

б) М. Семенова г) К. Купер

13. Какой прибор используется для измерения силы кисти?

а) ростомер в) динамометр

б) линейка г) спирометр

Задания в закрытой форме с множественным выбором ответов № 14-

При выполнении этих заданий необходимо выбрать два правильных варианта из предложенных.

14. Выберите виды состязаний, которые входили в программу Олимпийских игр древности, но не входят в современных?

а) пентатлон в) прыжки в длину

б) двойной бег г) метания копья и диска

15. Какие упражнения можно использовать для развития гибкости?

а) отжимание на брусьях или в упоре лёжа

б) упражнения для развития подвижности суставов

в) подтягивания

г) наклоны туловища из разных исходных положений

II. Задания в открытой форме, в котором нужно правильно вписать.

правильный ответ № 16– 20

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

16. _____ - это составная часть общего воспитания, педагогический процесс, направленный на формирование физической культуры личности в результате педагогических воздействий и самовоспитания.

– программная и нормативная основа системы физического воспитания населения, устанавливающая государственные требования к уровню его физической подготовленности и нацеленная на развитие массового спорта и оздоровление нации, гармоничное и всестороннее развитие личности, воспитание патриотизма и обеспечение преемственности в осуществлении физического воспитания населения.

– сочетание соответствующих возможностей человека, обладающего специальными знаниями, умениями, навыками, физическими, психологическими и физиологическими качествами, совершать целенаправленные действия, формировать процессы мыслительной деятельности.

– это способность человека к длительному выполнению работы без снижения ее эффективности. Развитие этой способности осуществляется в процессе выполнения упражнений, вызывающих утомление и усталость.

– это способность человека быстро овладевать новыми движениями и быстро перестраивать двигательную деятельность в соответствии с требованиями меняющейся обстановки.

При выполнении этих заданий необходимо установить соответствие между словами, соединив их в пары, составляющие устойчивые выражения.

**III. Задания на сопоставление, в которых необходимо установить
соответствия № 21 – 22**

21. Установите соответствие в испытаниях ГТО (6 ступень).

А: Обязательные испытания, Б: Испытания по выбору.

Группа	Испытание
А	ег на 100 м (с)
	туристический поход не менее 100 км, количество навыков
	тжимание в упоре лежа, количество раз

Группа	Испытание
Б	4. Подтягивание из виса на высокой перекладине, количество раз
	5. Плавание на 50 м, мин, сек
	6. Метание спортивного снаряда весом 500 г. (м)

Ответ: А-1;3,4,6 Б-2;5
 + + + + + 50

22. Установите соответствие между видами физической культуры и их описанием.

1. Физическое воспитание	А) Организованная по определённым правилам деятельность людей, состоящая в содоставлении их физических и (или) интеллектуальных способностей, а также подготовка к этой деятельности и межличностные отношения, возникающие в её процессе.
2. Профессионально-прикладная физическая культура	Б) Педагогический процесс, направленный на морфологическое и функциональное совершенствование организма человека, повышение уровня физических качеств, формирование и развитие двигательных навыков, улучшения форм тела (осанка, развитие грудной клетки, мышц).
3. Спорт	В) Медицинская дисциплина, применяющая средства физической культуры (в основном физические упражнения) с целью лечения и реабилитации больных и инвалидов, а также профилактики заболеваний

4. Лечебная физическая культура	Г) Комплекс мер спортивно-оздоровительного характера, направленных на реабилитацию и адаптацию
5. Адаптивная физическая культура	Д) Специализированный вид физического воспитания, направленный на формирование и совершенствование свойств и качеств личности, имеющих существенное значение для конкретной профессиональной деятельности.

Ответ: 1-Б 2-Д 3-А 4-З 5-Г

50

IV. Задание процессуального или алгоритмического толка

23. Определите последовательность фаз при занятиях аэробными упражнениями. Правильный ответ подчеркните.

а) разминка б) силовая нагрузка в) заминка г) аэробная фаза

- 1) а,г,б,в 2) б,г,а,в 3) а,г,в,б

V. Задание в форме, предполагающей перечисление известных фактов, характеристик и т.п.

24. В каком порядке расположились эти страны в медальном зачете зимней Олимпиады 2014 года в Сочи (от первого к четвертому)?

А) Канада Б) Норвегия В) Россия Г) США

45

Ответ: 1 - В 2 - Б 3 - А 4 - Г

VI. Задания с иллюстрациями или графическими изображениями двигательных действий (пиктограммы).

25. Напишите в бланке ответов напротив соответствующей буквы название вида спорта, к которому относится спортсмен.



А	Б	В	Г
плавание	баскетбол	хоккей	фигурное катание

+

+

+

+

VII. Задание-кроссворд.

40

26. Решите кроссворд, записав в него слова. Ключевое слово запиши отдельно.

По вертикали:

1. Вид спорта включает в себя следующие дисциплины: фехтование, плавание, коньки, бег и стрельба.
2. Вид спорта, суть которого заключается в последовательном прохождении трех этапов, каждый из которых представляет собой отдельный вид спорта (плавание, велогонка, бег).
3. Большое помещение для спортсменов.
4. Спортивная обувь фигуристов.
5. Водный олимпийский вид спорта.
6. Спортивное приспособление в виде приподнятой доски с пружинами или без них, от которого с разбега отталкиваются для прыжка.
7. Зимний вид спорта, состязание в беге на лыжах и стрельбе по мишеням.
8. Как называется деревянная часть ракетки?
9. Шнур, используемый в гимнастических упражнениях

Стартовый номер	Время старта	Время финиша

Ответ: Предоставлены колонки с указанием стартового номера, результата каждого участника (в часах, минутах и секундах) и места – необходимо после расчетов – заполнить данную таблицу по результатам и местам каждого участника соревнований.

Стартовый номер	Результат	Место

МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП
ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Задания для обучающихся 9-11 классов

Теоретико-методическое задание

физ-ра 36

375

Чел.

Время выполнения задания – 45 минут.

Максимальное количество баллов – 40

Перед Вами задания по физической культуре. Они соотнесены с содержанием школьного курса физическая культура, а также требуют широкого кругозора, навыка поиска информации и умения мыслить.

Вам предлагается 28 заданий, максимально возможная сумма за правильные ответы – 40 баллов. Максимально возможное количество зачетных баллов за теоретико-методическое задание – 20 баллов.

Обратите внимание: за выполнение каждого задания Вы получите различное количество баллов, поскольку степень сложности заданий также различна.

Если Вам кажется, что задания относятся к теме, не очень хорошо Вам знакомой, не теряйте самообладание. Пропускайте незнакомые задания. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.

Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Достаточно проявить внимание и сообразительность, которые помогут успешно справиться с заданием.

Желаем успеха!

Какая из советских спортсменок дала имя одному из сложнейших элементов спортивной гимнастики, выполненный на брусьях?

а) Надя Команечи

б) Ольга Корбут

в) Аллина Кабаева

г) Лариса Лагутина

2. История этого вида спорта насчитывает около полутора тысяч лет. Вероятно, старейшим известным предком является индийская игра чатуранга, заимствованная персами, которые видоизменили её и назвали шаграндж. После арабского завоевания Персии в VII веке шаграндж распространился в пределах арабского халифата, а от арабов стал известен европейцам. О каком виде спорта идет речь?

а) волейбол

б) футбол

в) шахматы

г) ланга

3. Кто ввёл в программу Олимпийских игр конкурс искусств?

а) Деметриус Викелас

б) Пьер де Кубертен

в) Майкл Моррис Килланин

г) Хуан Антонио Самаранч

4. Каким цветом обозначена Европа в эмблеме Международного олимпийского комитета (МОК)?

а) жёлтый

б) голубой

в) черный

г) красный

д) зелёный

+

5. Сколько человек у одной волейбольной команды может одновременно находиться на игровой площадке?

а) 6

б) 2

в) 4

г) 8

+

6. Назовите основную меру безопасности при проведении подвижных игр

а) строго соблюдать правила игры

б) избегать столкновений с игроками, толчков и ударов по рукам и ногам игроков

в) при падении сгруппироваться

г) внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) руководителя

д) всё вышеперечисленное

+

7. Правильным выполнение метания мяча на дальность считается

а) в специальном секторе

б) мокрым снарядом

в) стоять рядом с выполняющим метание

г) передавать снаряд для метания друг другу броском

-

8. Масса спортивного снаряда при выполнении норматива метание снаряда на дальность для девушек и юношей:

а) 500 гр. и 700 гр.

б) 500 гр. и 600 гр.

в) 500 гр. и 800 гр.

г) 500 гр. и 900 гр.

+

9. Какая дистанция на выносливость в обязательных испытаниях (тестах) для юношей есть в IV ступени ВФСК ГТО?

а) 2000 м

б) 900 м

в) 800 м

г) 1000 м

+

10. Что называют скандинавской ходьбой?

а) Специфический способ передвижения по снегу

б) пешие путешествия, во время которых при ходьбе опираются на специальные палки

в) передвижение на снегоступах

г) передвижение на лыжах без палок

+

11. Гипоксия – это...

а) избыток витаминов

в) кислородная недостаточность

б) недостаток того или иного витамина

г) гиперкератоз

+

12. Автор книги «Аэробика» и создатель одноименной оздоровительной системы

а) Д. Фонда

в) Г. Малахов

- б) М. Семенова г) К. Купер

13. Какой прибор используется для измерения силы кисти?

- а) ростомер в) динамометр
б) линейка г) спирометр

Задания в закрытой форме с множественным выбором ответов № 14-

При выполнении этих заданий необходимо выбрать два правильных варианта из предложенных.

14. Выберите виды состязаний, которые входили в программу Олимпийских игр древности, но не входят в современных?

- а) пентатлон в) прыжки в длину
 б) двойной бег г) метания копья и диска

15. Какие упражнения можно использовать для развития гибкости?

- а) отжимание на брусьях или в упоре лёжа
 б) упражнения для развития подвижности суставов
в) подтягивания
 г) наклоны туловища из разных исходных положений

**II. Задания в открытой форме, в котором нужно правильно вписать
правильный ответ № 16– 20**

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

16. Физическое воспитание это составная часть общего воспитания, педагогический процесс, направленный на формирование физической культуры личности в результате педагогических воздействий и самовоспитания.

– программная и нормативная основа системы физического воспитания населения, устанавливающая государственные требования к уровню его физической подготовленности и нацеленная на развитие массового спорта и оздоровление нации, гармоничное и всестороннее развитие личности, воспитание патриотизма и обеспечение преемственности в осуществлении физического воспитания населения.

– сочетание соответствующих возможностей человека, обладающего специальными знаниями, умениями, навыками, физическими, психологическими и физиологическими качествами, совершать целенаправленные действия, формировать процессы мыслительной деятельности.

– это способность человека к длительному выполнению работы без снижения ее эффективности. Развитие этой способности осуществляется в процессе выполнения упражнений, вызывающих утомление и усталость.

– это способность человека быстро овладевать новыми движениями и быстро перестраивать двигательную деятельность в соответствии с требованиями меняющейся обстановки.

При выполнении этих заданий необходимо установить соответствие между словами, соединив их в пары, составляющие устойчивые выражения.

III. Задания на сопоставление, в которых необходимо установить

соответствия № 21 – 22

21. Установите соответствие в испытаниях ГТО (6 ступень).

А: Обязательные испытания, Б: Испытания по выбору.

Группа	Испытание
А	ег на 100 м (с)
	туристический поход не менее 100 км, количество навыков
	тжимание в упоре лежа, количество раз

Группа	Испытание
Б	4. Подтягивание из виса на высокой перекладине, количество раз
	5. Плавание на 50 м, мин, сек
	6. Метание спортивного снаряда весом 500 г. (м)

Ответ: А - 1, 3, 4 Б - 2, 5, 6 0

22. Установите соответствие между видами физической культуры и их описанием.

1. Физическое воспитание	А) Организованная по определённым правилам деятельность людей, состоящая в сопоставлении их физических и (или) интеллектуальных способностей, а также подготовка к этой деятельности и межличностные отношения, возникающие в её процессе.
2. Профессионально-прикладная физическая культура	Б) Педагогический процесс, направленный на морфологическое и функциональное совершенствование организма человека, повышение уровня физических качеств, формирование и развитие двигательных навыков, улучшения форм тела (осанка, развитие грудной клетки, мышц).
3. Спорт	В) Медицинская дисциплина, применяющая средства физической культуры (в основном физические упражнения) с целью лечения и реабилитации больных и инвалидов, а также профилактики заболеваний

4. Лечебная физическая культура	Г) Комплекс мер спортивно-оздоровительного характера, направленных на реабилитацию и адаптацию
5. Адаптивная физическая культура	Д) Специализированный вид физического воспитания, направленный на формирование и совершенствование свойств и качеств личности, имеющих существенное значение для конкретной профессиональной деятельности.

Ответ: 1-Б, 2-Д, 3-А, 4-В, 5-Г 45

IV. Задание процессуального или алгоритмического толка

23. Определите последовательность фаз при занятиях аэробными упражнениями. Правильный ответ подчеркните.

а) разминка б) силовая нагрузка в) заминка г) аэробная фаза

1) а,г,б,в 2) б,д,а,в 3) а,г,в,б +

V. Задание в форме, предполагающей перечисление известных фактов, характеристик и т.п.

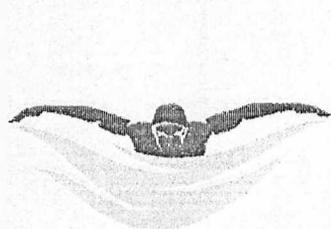
24. В каком порядке расположились эти страны в медальном зачете зимней Олимпиады 2014 года в Сочи (от первого к четвертому)?

А) Канада Б) Норвегия В) Россия Г) США

Ответ: 1 - Б 2- Г 3- А 4- Б 45

VI. Задания с иллюстрациями или графическими изображениями двигательных действий (пиктограммы).

25. Напишите в бланке ответов напротив соответствующей буквы название вида спорта, к которому относится спортсмен.



А	Б	В	Г
Плавание	баскетбол	хоккей	художественная гимнастика

+

+

+

+

УИ. Задание-кроссворд.

40

26. Решите кроссворд, записав в него слова. Ключевое слово запишите отдельно.

По вертикали:

1. Вид спорта включает в себя следующие дисциплины: фехтование, плавание, конкур, бег и стрельба.
2. Вид спорта, суть которого заключается в последовательном прохождении трех этапов, каждый из которых представляет собой отдельный вид спорта (плавание, велогонка, бег).
3. Большое помещение для спортсменов.
4. Спортивная обувь фигуристов.
5. Водный олимпийский вид спорта.
6. Спортивное приспособление в виде приподнятой доски с пружинами или без них, от которого с разбега отталкиваются для прыжка.
7. Зимний вид спорта, состязание в беге на лыжах и стрельбе по мишеням.
8. Как называется деревянная часть ракетки?
9. Шнур, используемый в гимнастических упражнениях

				П ⁵					
				А					С ⁹
				А					К
				В					А
				А					К
				Н					А
				И					
1				Е	Т ⁶	7	О ⁸	Л	
	Т ²				Р		С	К	
	Р				А		И	А	
	И				М		О		
	А	Т ³	К ⁴		П		В		
	Т	Р	О		Л		А		
	Л	Е	Н		И		И		
	О	А	Б		И		И		
	И	А	К		Н		И		
		Ж	И				Е		
		О							

VIII. Задание-задача.

Читаем условия задачи, решаем на черновике, записываем решение в графу ответов. Контролируйте время выполнения задания.

27. На основании информации, указанной во фрагменте протокола соревнований по лыжным гонкам, определите результат (в часах, минутах и секундах) и место каждого участника соревнований.

Стартовый номер	Время старта	Время финиша

Ответ: Предоставлены колонки с указанием стартового номера, результата каждого участника (в часах, минутах и секундах) и места – необходимо после расчетов – заполнить данную таблицу по результатам и местам каждого участника соревнований.

Стартовый номер	Результат	Место

физ-ра 37
И.И.
370

**МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП
ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

Задания для обучающихся 9-11 классов

Теоретико-методическое задание

Время выполнения задания – 45 минут.

Максимальное количество баллов – 40

Перед Вами задания по физической культуре. Они соотнесены с содержанием школьного курса физическая культура, а также требуют широкого кругозора, навыка поиска информации и умения мыслить.

Вам предлагается 28 заданий, максимально возможная сумма за правильные ответы – 40 баллов. Максимально возможное количество зачетных баллов за теоретико-методическое задание – 20 баллов.

Обратите внимание: за выполнение каждого задания Вы получите различное количество баллов, поскольку степень сложности заданий также различна.

Если Вам кажется, что задания относятся к теме, не очень хорошо Вам знакомой, не теряйте самообладание. Пропускайте незнакомые задания. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.

Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Достаточно проявить внимание и сообразительность, которые помогут успешно справиться с заданием.

Желаем успеха!

Какая из советских спортсменок дала имя одному из сложнейших элементов спортивной гимнастики, выполненный на брусках?

а) Надя Команечи

б) Ольга Корбут

в) Аллина Кабаева

г) Лариса Лагунина

2. История этого вида спорта насчитывает около полутора тысяч лет. Вероятно, старейшим известным предком является индийская игра чатуранга, заимствованная персами, которые видоизменили её и назвали шатрандж. После арабского завоевания Персии в VII веке шатрандж распространился в пределах арабского халифата, а от арабов стал известен европейцам. О каком виде спорта идет речь?

а) волейбол

б) футбол

в) шахматы

г) лапта

3. Кто ввёл в программу Олимпийских игр конкурсы искусств?

а) Деметриус Викелас

б) Пьер де Кубертен

в) Майкл Моррис Килланин

г) Хуан Антонио Самаранч

4. Каким цветом обозначена Европа в эмблеме Международного олимпийского комитета (МОК)?

а) жёлтый

б) голубой

в) черный

г) красный

д) зелёный

5. Сколько человек у одной волейбольной команды может одновременно находится на игровой площадке?

а) 6

б) 2

в) 4

г) 8

6. Назовите основную меру безопасности при проведении подвижных игр

а) строго соблюдать правила игры

б) избегать столкновений с игроками, толчков и ударов по рукам и ногам игроков

в) при падении сгруппироваться

г) внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) руководителя

д) всё вышеперечисленное

7. Правильным выполнение метания мяча на дальность считается

а) в специальном секторе

б) мокрым снарядом

в) стоять рядом с выполняющим метание

г) передавать снаряд для метания друг другу броском

8. Масса спортивного снаряда при выполнении норматива метание снаряда на дальность для девушек и юношей:

- а) 500 гр. и 700 гр.
- б) 500 гр. и 600 гр.
- в) 500 гр. и 800 гр.
- г) 500 гр. и 900 гр.

9. Какая дистанция на выносливость в обязательных испытаниях (тестах) для юношей есть в IV ступени ВФСК ГТО?

- а) 2000 м
- б) 900 м
- в) 800 м
- г) 1000 м

10

10. Что называют скандинавской ходьбой?

- а) Специфический способ передвижения по снегу
- б) пешие путешествия, во время которых при ходьбе опираются на специальные палки
- в) передвижение на снегоступах
- г) передвижение на лыжах без палок

10

11. Гипоксия – это...

- а) избыток витаминов
- б) недостаток того или иного витамина
- в) кислородная недостаточность
- г) гиперкератоз

12. Автор книги «Аэробика» и создатель одноименной оздоровительной системы

- а) Д. Фонда
- б) Г. Малахов

15
б) М. Семенова в) К. Купер

13. Какой прибор используется для измерения силы кисти?

а) ростомер в) динамометр

б) линейка г) спирометр

Задания в закрытой форме с множественным выбором ответов № 14-

При выполнении этих заданий необходимо выбрать два правильных варианта из предложенных.

14. Выберите виды состязаний, которые входили в программу Олимпийских игр древности, но не входят в современных?

а) пентатлон в) прыжки в длину

б) двойной бег г) метания копья и диска

15. Какие упражнения можно использовать для развития гибкости?

а) отжимание на брусьях или в упоре лёжа

б) упражнения для развития подвижности суставов

в) подтягивания

г) наклоны туловища из разных исходных положений

II. Задания в открытой форме, в котором нужно правильно вписать

правильный ответ № 16– 20

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

16. Физическое воспитание это составная часть общего воспитания, педагогический процесс, направленный на формирование физической культуры личности в результате педагогических воздействий и самовоспитания.

– программная и нормативная основа системы физического воспитания населения, устанавливающая государственные требования к уровню его физической подготовленности и нацеленная на развитие массового спорта и оздоровление нации, гармоничное и всестороннее развитие личности, воспитание патриотизма и обеспечение преемственности в осуществлении физического воспитания населения.

– сочетание соответствующих возможностей человека, обладающего специальными знаниями, умениями, навыками, физическими, психологическими и физиологическими качествами, совершать целенаправленные действия, формировать процессы мыслительной деятельности.

– это способность человека к длительному выполнению работы без снижения ее эффективности. Развитие этой способности осуществляется в процессе выполнения упражнений, вызывающих утомление и усталость.

– это способность человека быстро овладевать новыми движениями и быстро перестраивать двигательную деятельность в соответствии с требованиями меняющейся обстановки.

При выполнении этих заданий необходимо установить соответствие между словами, соединив их в пары, составляющие устойчивые выражения.

15

III. Задания на сопоставление, в которых необходимо установить соответствие № 21 – 22

21. Установите соответствие в испытаниях ГТО (6 уровень).

А: Обязательные испытания, Б: Испытания по выбору.

Группа	Испытание
А	1 Бег на 100 м (с)
	2 Туристический поход не менее 100 км. количество навыков
	3 Отжимание в упоре лежа, количество раз

Группа	Испытание
Б	4. Подтягивание из виса на высокой перекладине, количество раз
	5. Плавание на 50 м, мин, сек
	6. Метание спортивного снаряда весом 500 г. (м)

Ответ: А: 134 Б: 256

60

22. Установите соответствие между видами физической культуры и их описанием.

1. Физическое воспитание	А) Организованная по определённым правилам деятельность людей, состоящая в сопоставлении их физических и (или) интеллектуальных способностей, а также подготовка к этой деятельности и межличностные отношения, возникающие в её процессе.
2. Профессионально-прикладная физическая культура	Б) Педагогический процесс, направленный на морфологическое и функциональное совершенствование организма человека, повышение уровня физических качеств, формирование и развитие двигательных навыков, улучшения форм тела (осанка, развитие грудной клетки, мышцы).
3. Спорт	В) Медицинская дисциплина, применяющая средства физической культуры (в основном физические упражнения) с целью лечения и реабилитации больных и инвалидов, а также профилактики заболеваний

4. Лечебная физическая культура	Г) Комплекс мер спортивно-оздоровительного характера, направленных на реабилитацию и адаптацию
5. Адаптивная физическая культура	Д) Специализированный вид физического воспитания, направленный на формирование и совершенствование свойств и качеств личности, имеющих существенное значение для конкретной профессиональной деятельности.

Ответ: 3+4.5 А-3 Б-1 В-4 Г-5 Д-2

50

IV. Задание процессуального или алгоритмического толка

23. Определите последовательность фаз при занятиях аэробными упражнениями. Правильный ответ подчеркните.

а) разминка б) силовая нагрузка в) заминка г) аэробная фаза

1) а,г,б,в

2) б,г,а,в

3) а,г,в,б

10

V. Задание в форме, предполагающей перечисление известных фактов, характеристик и т.п.

24. В каком порядке расположились эти страны в медальном зачете зимней Олимпиады 2014 года в Сочи (от первого к четвертому)?

А) Канада Б) Норвегия В) Россия Г) США

Ответ: 1 - Б 2 - Г 3 - В 4 - А

20

VI. Задания с иллюстрациями или графическими изображениями двигательных действий (пиктограммы).

25. Напишите в бланке ответов напротив соответствующей буквы название вида спорта, к которому относится спортсмен.



А	Б	В	Г
плавание	баскетбол	хоккей	гимнастика

48

VII. Задание-кроссворд.

26. Решите кроссворд, записав в него слова. Ключевое слово запиши отдельно.

По вертикали:

1. Вид спорта включает в себя следующие дисциплины: фехтование, плавание, конкур, бег и стрельба.
2. Вид спорта, суть которого заключается в последовательном прохождении трех этапов, каждый из которых представляет собой отдельный вид спорта (плавание, велогонка, бег).
3. Большое помещение для спортсменов.
4. Спортивная обувь фигуристов.
5. Водный олимпийский вид спорта.
6. Спортивное приспособление в виде приподнятой доски с пружинами или без них, от которого с разбега отталкиваются для прыжка.
7. Зимний вид спорта, состязание в беге на лыжах и стрельбе по мишеням.
8. Как называется деревянная часть ракетки?
9. Шнур, используемый в гимнастических упражнениях

Стартовый номер	Время старта	Время финиша

Ответ: Предоставлены колонки с указанием стартового номера, результата каждого участника (в часах, минутах и секундах) и места – необходимо после расчетов – заполнить данную таблицу по результатам и местам каждого участника соревнований.

Стартовый номер	Результат	Место

**МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП
ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

Физ-ра 33

340

11 кл.

Задания для обучающихся 9-11 классов

Теоретико-методическое задание

Время выполнения задания – 45 минут.

Максимальное количество баллов – 40

Перед Вами задания по физической культуре. Они соотнесены с содержанием школьного курса физическая культура, а также требуют широкого кругозора, навыка поиска информации и умения мыслить.

Вам предлагается 28 заданий, максимально возможная сумма за правильные ответы – 40 баллов. Максимально возможное количество зачетных баллов за теоретико-методическое задание – 20 баллов.

Обратите внимание: за выполнение каждого задания Вы получите различное количество баллов, поскольку степень сложности заданий также различна.

Если Вам кажется, что задания относятся к теме, не очень хорошо Вам знакомой, не теряйте самообладание. Пропускайте незнакомые задания. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.

Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Достаточно проявить внимание и сообразительность, которые помогут успешно справиться с заданием.

Желаем успеха!

Какая из советских спортсменок дала имя одному из сложнейших элементов спортивной гимнастики, выполненный на брусьях?

а) Надя Команечи

б) Ольга Корбут

в) Алина Кабаева

г) Лариса Латынина

2. История этого вида спорта насчитывает около полутора тысяч лет. Вероятно, старейшим известным предком является индийская игра чатуранга, заимствованная персами, которые видоизменили её и назвали шатрандж. После арабского завоевания Персии в VII веке шатрандж распространился в пределах арабского халифата, а от арабов стал известен европейцам. О каком виде спорта идет речь?

а) волейбол

б) футбол

в) шахматы

г) лапта

3. Кто ввёл в программу Олимпийских игр конкурсы искусств?

а) Деметриус Викелас

б) Пьер де Кубертен

в) Майкл Моррис Килланин

г) Хуан Антонио Самаранч

4. Каким цветом обозначена Европа в эмблеме Международного олимпийского комитета (МОК)?

а) жёлтый

10

б) голубой

в) черный

г) красный

д) зелёный

5. Сколько человек у одной волейбольной команды может одновременно находиться на игровой площадке?

а) 6

б) 2

в) 4

г) 8

6. Назовите основную меру безопасности при проведении подвижных игр

а) строго соблюдать правила игры

б) избегать столкновений с игроками, толчков и ударов по рукам и ногам игроков

в) при падении сгруппироваться

г) внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) руководителя

д) всё вышеперечисленное

7. Правильным выполнение метания мяча на дальность считается

а) в специальном секторе

б) мокрым снарядом

в) стоять рядом с выполняющим метание

г) передавать снаряд для метания друг другу броском

10

10

10

8. Масса спортивного снаряда при выполнении норматива метание снаряда на дальность для девушек и юношей:

- а) 500 гр. и 700 гр.
- б) 500 гр. и 600 гр.
- в) 500 гр. и 800 гр.
- г) 500 гр. и 900 гр.

9. Какая дистанция на выносливость в обязательных испытаниях (тестах) для юношей есть в IV ступени ВФСК ГТО?

- а) 2000 м
- б) 900 м
- в) 800 м
- г) 1000 м

10

10. Что называют скандинавской ходьбой?

- а) Специфический способ передвижения по снегу
- б) пешие путешествия, во время которых при ходьбе опираются на специальные палки
- в) передвижение на снегоступах
- г) передвижение на лыжах без палок

11. Гипоксия – это...

- а) избыток витаминов
- в) кислородная недостаточность
- б) недостаток того или иного витамина
- г) гиперкератоз

10

12. Автор книги «Аэробика» и создатель одноименной оздоровительной системы

- а) Д. Фонда
- в) Г. Малахов

б) М. Семенова г) К. Купер

13. Какой прибор используется для измерения силы кисти?

а) ростомер в) динамометр

б) линейка г) спирометр

Задания в закрытой форме с множественным выбором ответов № 14-

При выполнении этих заданий необходимо выбрать два правильных варианта из предложенных.

14. Выберите виды состязаний, которые входили в программу Олимпийских игр древности, но не входят в современных?

а) пентаглон в) прыжки в длину

б) двойной бег г) метания копья и диска

15. Какие упражнения можно использовать для развития гибкости?

а) отжимание на брусьях или в упоре лёжа

б) упражнения для развития подвижности суставов

в) подтягивания

г) наклоны туловища из разных исходных положений

**II. Задания в открытой форме, в котором нужно правильно вписать
правильный ответ № 16– 20**

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

16. Физическая культура это составная часть общего воспитания, педагогический процесс, направленный на формирование физической культуры личности в результате педагогических воздействий и самовоспитания.

– программная и нормативная основа системы физического воспитания населения, устанавливающая государственные требования к уровню его физической подготовленности и нацеленная на развитие массового спорта и оздоровление нации, гармоничное и всестороннее развитие личности, воспитание патриотизма и обеспечение преемственности в осуществлении физического воспитания населения.

– сочетание соответствующих возможностей человека, обладающего специальными знаниями, умениями, навыками, физическими, психологическими и физиологическими качествами, совершать целенаправленные действия, формировать процессы мыслительной деятельности.

– это способность человека к длительному выполнению работы без снижения ее эффективности. Развитие этой способности осуществляется в процессе выполнения упражнений, вызывающих утомление и усталость.

– это способность человека быстро овладевать новыми движениями и быстро перестраивать двигательную деятельность в соответствии с требованиями меняющейся обстановки.

При выполнении этих заданий необходимо установить соответствие между словами, соединив их в пары, составляющие устойчивые выражения.

**III. Задания на сопоставление, в которых необходимо установить
соответствия № 21 – 22**

21. Установите соответствие в испытаниях ГТО (6 ступень).

А: Обязательные испытания, Б: Испытания по выбору.

Группа	Испытание
А	ег на 100 м (с)
	уристический поход не менее 100 км, количество навыков
	тжимание в упоре лежа, количество раз

Группа	Испытание
Б	4. Подтягивание из виса на высокой перекладине, количество раз
	5. Плавание на 50 м, мин, сек
	6. Метание спортивного снаряда весом 500 г. (м)

Ответ: 1. А 2. Б 3. А 4. А 5. Б 6. Б

60

22. Установите соответствие между видами физической культуры и их описанием.

1. Физическое воспитание	А) Организованная по определённым правилам деятельность людей, состоящая в сопоставлении их физических и (или) интеллектуальных способностей, а также подготовка к этой деятельности и межличностные отношения, возникающие в её процессе.
2. Профессионально-прикладная физическая культура	Б) Педагогический процесс, направленный на морфологическое и функциональное совершенствование организма человека, повышение уровня физических качеств, формирование и развитие двигательных навыков, улучшения форм тела (осанка, развитие грудной клетки, мышц).
3. Спорт	В) Медицинская дисциплина, применяющая средства физической культуры (в основном физические упражнения) с целью лечения и реабилитации больных и инвалидов, а также профилактики заболеваний

4. Лечебная физическая культура	Г) Комплекс мер спортивно-оздоровительного характера, направленных на реабилитацию и адаптацию
5. Адаптивная физическая культура	Д) Специализированный вид физического воспитания, направленный на формирование и совершенствование свойств и качеств личности, имеющих существенное значение для конкретной профессиональной деятельности.

Ответ: 1. Б 2. Д 3. А 4. В 5. Г

50

IV. Задание процессуального или алгоритмического толка

23. Определите последовательность фаз при занятиях аэробными упражнениями. Правильный ответ подчеркните.

а) разминка б) силовая нагрузка в) заминка г) аэробная фаза

- 1) а,г,б,в 2) б,г,а,в 3) а,г,в,б

10

V. Задание в форме, предполагающей перечисление известных фактов, характеристик и т.п

24. В каком порядке расположились эти страны в медальном зачете зимней Олимпиады 2014 года в Сочи (от первого к четвертому)?

А) Канада Б) Норвегия В) Россия Г) США

Ответ: 1 - В 2- Г 3- А 4 - Б

80

VI. Задания с иллюстрациями или графическими изображениями двигательных действий (пиктограммы).

25. Напишите в бланке ответов напротив соответствующей буквы название вида спорта, к которому относится спортсмен.



А	Б	В	Г
Плавание	Баскетбол	Хоккей	Спортивная гимнастика

VII. Задание-кроссворд.

26. Решите кроссворд, записав в него слова. Ключевое слово запиши отдельно.

По вертикали:

1. Вид спорта включает в себя следующие дисциплины: фехтование, плавание, конкур, бег и стрельба.
2. Вид спорта, суть которого заключается в последовательном прохождении трех этапов, каждый из которых представляет собой отдельный вид спорта (плавание, велогонка, бег).
3. Большое помещение для спортсменов.
4. Спортивная обувь фигуристов.
5. Водный олимпийский вид спорта.
6. Спортивное приспособление в виде приподнятой доски с пружинами или без них, от которого с разбега отталкиваются для прыжка.
7. Зимний вид спорта, состязание в беге на лыжах и стрельбе по мишеням.
8. Как называется деревянная часть ракетки?
9. Шнур, используемый в гимнастических упражнениях

30



VIII. Задание-задача.

Читаем условия задачи, решаем на черновике, записываем решение в графу ответов. Контролируйте время выполнения задания.

27. На основании информации, указанной во фрагменте протокола соревнований по лыжным гонкам, определите результат (в часах, минутах и секундах) и место каждого участника соревнований.

Стартовый номер	Время старта	Время финиша

Ответ: Предоставлены колонки с указанием стартового номера, результата каждого участника (в часах, минутах и секундах) и места – необходимо после расчетов – заполнить данную таблицу по результатам и местам каждого участника соревнований.

Стартовый номер	Результат	Место

МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП
ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Задания для обучающихся 9-11 классов

Теоретико-методическое задание

Физ-ра 35

345

11кл.

Время выполнения задания – 45 минут.

Максимальное количество баллов – 40

Перед Вами задания по физической культуре. Они соотнесены с содержанием школьного курса физическая культура, а также требуют широкого кругозора, навыка поиска информации и умения мыслить.

Вам предлагается 28 заданий, максимально возможная сумма за правильные ответы – 40 баллов. Максимально возможное количество зачетных баллов за теоретико-методическое задание – 20 баллов.

Обратите внимание: за выполнение каждого задания Вы получите различное количество баллов, поскольку степень сложности заданий также различна.

Если Вам кажется, что задания относятся к теме, не очень хорошо Вам знакомой, не теряйте самообладание. Пропускайте незнакомые задания. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.

Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Достаточно проявить внимание и сообразительность, которые помогут успешно справиться с заданием.

Желаем успеха!

Какая из советских спортсменок дала имя одному из сложнейших элементов спортивной гимнастики, выполненный на брусках?

а) Надя Команечи

б) Ольга Корбут

в) Алина Кабаева

г) Лариса Лагынина

2. История этого вида спорта насчитывает около полутора тысяч лет. Вероятно, старейшим известным предком является индийская игра чатуранга, заимствованная персами, которые видоизменили её и назвали шатрандж. После арабского завоевания Персии в VII веке шатрандж распространился в пределах арабского халифата, а от арабов стал известен европейцам. О каком виде спорта идет речь?

а) волейбол

б) футбол

в) шахматы

г) лагга

3. Кто ввёл в программу Олимпийских игр конкурсы искусств?

а) Деметриус Викелас

б) Пьер де Кубертен

в) Майка Моррис Килланин

г) Хуан Антонио Самаранч

4. Каким цветом обозначена Европа в эмблеме Международного олимпийского комитета (МОК)?

а) жёлтый

б) голубой

в) черный

г) красный

д) зелёный

5. Сколько человек у одной волейбольной команды может одновременно находится на игровой площадке?

а) 6

б) 2

в) 4

г) 8

6. Назовите основную меру безопасности при проведении подвижных игр

а) строго соблюдать правила игры

б) избегать столкновений с игроками, толчков и ударов по рукам и ногам игроков

в) при падении сгруппироваться

г) внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) руководителя

д) всё вышеперечисленное

7. Правильным выполнение метания мяча на дальность считается

а) в специальном секторе

б) мокрым снарядом

в) стоять рядом с выполняющим метание

г) передавать снаряд для метания друг другу броском

8. Масса спортивного снаряда при выполнении норматива метание снаряда на дальность для девушек и юношей:

а) 500 гр. и 700 гр.

б) 500 гр. и 600 гр.

в) 500 гр. и 800 гр.

г) 500 гр. и 900 гр.

9. Какая дистанция на выносливость в обязательных испытаниях (тестах) для юношей есть в IV ступени ВФСК ГТО?

а) 2000 м

б) 900 м

в) 800 м

г) 1000 м

10. Что называют скандинавской ходьбой?

а) Специфический способ передвижения по снегу

б) пешие путешествия, во время которых при ходьбе опираются на специальные палки

в) передвижение на снегоступах

г) передвижение на лыжах без палок

11. Гипоксия – это...

а) избыток витаминов

б) кислородная недостаточность

в) недостаток того или иного витамина

г) гиперкератоз

12. Автор книги «Аэробика» и создатель одноименной оздоровительной системы

а) Д. Фонда

в) Г. Малахов

б) М. Семенова г) К. Купер

13. Какой прибор используется для измерения силы кисти?

а) ростомер в) динамометр

б) линейка д) спирометр

Задания в закрытой форме с множественным выбором ответов № 14-

При выполнении этих заданий необходимо выбрать два правильных варианта из предложенных.

14. Выберите виды состязаний, которые входили в программу Олимпийских игр древности, но не входят в современных?

а) пентатлон в) прыжки в длину

б) двойной бег д) метания копья и диска

15. Какие упражнения можно использовать для развития гибкости?

а) отжимание на брусьях или в упоре лёжа

б) упражнения для развития подвижности суставов

в) подтягивания

г) наклоны туловища из разных исходных положений

II. Задания в открытой форме, в котором нужно правильно вписать

правильный ответ № 16– 20

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

16. Физическое воспитание это составная часть общего воспитания, педагогический процесс, направленный на формирование физической культуры личности в результате педагогических воздействий и самовоспитания.

– программная и нормативная основа системы физического воспитания населения, устанавливающая государственные требования к уровню его физической подготовленности и нацеленная на развитие массового спорта и оздоровление нации, гармоничное и всестороннее развитие личности, воспитание патриотизма и обеспечение преемственности в осуществлении физического воспитания населения.

– сочетание соответствующих возможностей человека, обладающего специальными знаниями, умениями, навыками, физическими, психологическими и физиологическими качествами, совершать целенаправленные действия, формировать процессы мыслительной деятельности.

– это способность человека к длительному выполнению работы без снижения ее эффективности. Развитие этой способности осуществляется в процессе выполнения упражнений, вызывающих утомление и усталость.

– это способность человека быстро овладевать новыми движениями и быстро перестраивать двигательную деятельность в соответствии с требованиями меняющейся обстановки.

При выполнении этих заданий необходимо установить соответствие между словами, соединив их в пары, составляющие устойчивые выражения.

III. Задания на сопоставление, в которых необходимо установить

соответствия № 21 – 22

21. Установите соответствие в испытаниях ГТО (6 ступень).

А: Обязательные испытания, Б: Испытания по выбору.

Группа	Испытание
А	ег на 100 м (с)
	туристический поход не менее 100 км, количество навыков
	тжимание в упоре лежа, количество раз

Группа	Испытание
Б	4. Подтягивание из виса на высокой перекладине, количество раз
	5. Плавание на 50 м, мин, сек
	6. Метание спортивного снаряда весом 500 г. (м)

Ответ:

a) 436 б) 245

+ + + +

40

22. Установите соответствие между видами физической культуры и их описанием.

1. Физическое воспитание	А) Организованная по определённым правилам деятельность людей, состоящая в сопоставлении их физических и (или) интеллектуальных способностей, а также подготовка к этой деятельности и межличностные отношения, возникающие в её процессе.
2. Профессионально-прикладная физическая культура	Б) Педагогический процесс направленный на морфологическое и функциональное совершенствование организма человека, повышение уровня физических качеств, формирование и развитие двигательных навыков, улучшения форм тела (осанка, развитие грудной клетки, мышц).
3. Спорт	В) Медицинская дисциплина, применяющая средства физической культуры (в основном физические упражнения) с целью лечения и реабилитации больных и инвалидов, а также профилактики заболеваний

4. Лечебная физическая культура	Г) Комплекс мер спортивно-оздоровительного характера, направленных на реабилитацию и адаптацию
5. Адаптивная физическая культура	Д) Специализированный вид физического воспитания, направленный на формирование и совершенствование свойств и качеств личности, имеющих существенное значение для конкретной профессиональной деятельности.

Ответ: 1-~~а~~^б 2-~~а~~^б 3-~~а~~^в 4-б 5-а
 + + + - 15

IV. Задание процессуального или алгоритмического толка

23. Определите последовательность фаз при занятиях аэробными упражнениями. Правильный ответ подчеркните.

а) разминка б) силовая нагрузка в) заминка г) аэробная фаза

- 1) а,г,б,в 2) б,г,а,в 3) а,г,в,б

V. Задание в форме, предполагающей перечисление известных фактов, характеристик и т.п.

24. В каком порядке расположились эти страны в медальном зачете зимней Олимпиады 2014 года в Сочи (от первого к четвертому)?

А) Канада Б) Норвегия В) Россия Г) США

Ответ: 1 - В 2 - Б 3 - А 4 - Г

VI. Задания с иллюстрациями или графическими изображениями двигательных действий (инктограммы).

Стартовый номер	Время старта	Время финиша

Ответ: Предоставлены колонки с указанием стартового номера, результата каждого участника (в часах, минутах и секундах) и места – необходимо после расчетов – заполнить данную таблицу по результатам и местам каждого участника соревнований.

Стартовый номер	Результат	Место

МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП
ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Максим Чаден 10^б
Физ-ра 7
26

Задания для обучающихся 9-11 классов

Теоретико-методическое задание

Время выполнения задания – 45 минут.

Максимальное количество баллов – 40

Перед Вами задания по физической культуре. Они соотнесены с содержанием школьного курса физическая культура, а также требуют широкого кругозора, навыка поиска информации и умения мыслить.

Вам предлагается 28 заданий, максимально возможная сумма за правильные ответы – 40 баллов. Максимально возможное количество зачетных баллов за теоретико-методическое задание – 20 баллов.

Обратите внимание: за выполнение каждого задания Вы получите различное количество баллов, поскольку степень сложности заданий также различна.

Если Вам кажется, что задания относятся к теме, не очень хорошо Вам знакомой, не теряйте самообладание. Пропускайте незнакомые задания. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.

Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Достаточно проявить внимание и сообразительность, которые помогут успешно справиться с заданием.

Желаем успеха!

Какая из советских спортсменок дала имя одному из сложнейших элементов спортивной гимнастики, выполненный на брусках?

- а) Надя Команечи
- б) Ольга Корбут
- в) Алина Кабаева
- г) Лариса Латынина

2. История этого вида спорта насчитывает около полутора тысяч лет. Вероятно, старейшим известным предком является индийская игра чатуранга, заимствованная персами, которые видоизменили её и назвали шаграндж. После арабского завоевания Персии в VII веке шаграндж распространился в пределах арабского халифата, а от арабов стал известен европейцам. О каком виде спорта идет речь?

- а) волейбол
- б) футбол
- в) шахматы
- г) лапта

3. Кто ввёл в программу Олимпийских игр конкурсы искусств?

- а) Деметриус Викелас
- б) Пьер де Кубертен
- в) Майкл Моррис Килланин
- г) Хуан Антонио Самаранч

4. Каким цветом обозначена Европа в эмблеме Международного олимпийского комитета (МОК)?

- а) жёлтый

б) голубой

в) черный

г) красный

д) зелёный

5. Сколько человек у одной волейбольной команды может одновременно находится на игровой площадке?

а) 6

б) 2

в) 4

г) 8

6. Назовите основную меру безопасности при проведении подвижных игр

а) строго соблюдать правила игры

б) избегать столкновений с игроками, толчков и ударов по рукам и ногам игроков

в) при падении сгруппироваться

г) внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) руководителя

д) всё вышеперечисленное

7. Правильным выполнение метания мяча на дальность считается

а) в специальном секторе

б) мокрым снарядом

в) стоять рядом с выполняющим метание

г) передавать снаряд для метания друг другу броском

8. Масса спортивного снаряда при выполнении норматива метание снаряда на дальность для девушек и юношей:

- а) 500 гр. и 700 гр.
- б) 500 гр. и 600 гр.
- в) 500 гр. и 800 гр.
- г) 500 гр. и 900 гр.

10

9. Какая дистанция на выносливость в обязательных испытаниях (тестах) для юношей есть в IV ступени ВФСК ГТО?

- а) 2000 м
- б) 900 м
- в) 800 м
- ~~г) 1000 м~~

10

10. Что называют скандинавской ходьбой?

- а) Специфический способ передвижения по снегу
- б) пешие путешествия, во время которых при ходьбе опираются на специальные палки
- в) передвижение на снегоступах
- г) передвижение на лыжах без палок

11. Гипоксия – это...

- а) избыток витаминов
- б) недостаток того или иного витамина
- в) кислородная недостаточность
- г) гиперкератоз

12. Автор книги «Аэробика» и создатель одноименной оздоровительной системы

- а) Д. Фонда
- б) Г. Малахов

б) М. Семёнова г) К. Купер

13. Какой прибор используется для измерения силы кисти?

а) ростомер динамометр

б) линейка г) спирометр

10

Задания в закрытой форме с множественным выбором ответов № 14-

При выполнении этих заданий необходимо выбрать два правильных варианта из предложенных.

14. Выберите виды состязаний, которые входили в программу Олимпийских игр древности, но не входят в современных?

а) панталон в) прыжки в длину

б) двойной бег г) метания копья и диска

10

15. Какие упражнения можно использовать для развития гибкости?

а) отжимание на брусьях или в упоре лёжа

б) упражнения для развития подвижности суставов

в) подтягивания

г) наклоны туловища из разных исходных положений

20

II. Задания в открытой форме, в котором нужно правильно вписать правильный ответ № 16– 20

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

16. Физическая культура - это составная часть общего воспитания, педагогический процесс, направленный на формирование физической культуры личности в результате педагогических воздействий и самовоспитания.

– программная и нормативная основа системы физического воспитания населения, устанавливающая государственные требования к уровню его физической подготовленности и нацеленная на развитие массового спорта и оздоровление нации, гармоничное и всестороннее развитие личности, воспитание патриотизма и обеспечение преемственности в осуществлении физического воспитания населения.

– сочетание соответствующих возможностей человека, обладающего специальными знаниями, умениями, навыками, физическими, психологическими и физиологическими качествами, совершать целенаправленные действия, формировать процессы мыслительной деятельности.

– это способность человека к длительному выполнению работы без снижения ее эффективности. Развитие этой способности осуществляется в процессе выполнения упражнений, вызывающих утомление и усталость.

– это способность человека быстро овладевать новыми движениями и быстро перестраивать двигательную деятельность в соответствии с требованиями меняющейся обстановки.

При выполнении этих заданий необходимо установить соответствие между словами, соединив их в пары, составляющие устойчивые выражения.

**III. Задания на сопоставление, в которых необходимо установить
соответствия № 21 – 22**

21. Установите соответствие в испытаниях ГТО (6 ступень).

А: Обязательные испытания, Б: Испытания по выбору.

Группа	Испытание
А	ег на 100 м (с)
	уристический поход не менее 100 км, количество навыков
	тжимание в упоре лежа, количество раз

Группа	Испытание
Б	4. Подтягивание из виса на высокой перекладине, количество раз
	5. Плавание на 50 м, мин, сек
	6. Метание спортивного снаряда весом 500 г. (м)

Ответ: А) 1,23 и Б) 4,65

48

22. Установите соответствие между видами физической культуры и их описанием.

1. Физическое воспитание	А) Организованная по определённым правилам деятельность людей, состоящая в сопоставлении их физических и (или) интеллектуальных способностей, а также подготовка к этой деятельности и межличностные отношения, возникающие в её процессе.
2. Профессионально-прикладная физическая культура	Б) Педагогический процесс, направленный на морфологическое и функциональное совершенствование организма человека, повышение уровня физических качеств, формирование и развитие двигательных навыков, улучшения форм тела (осанка, развитие грудной клетки, мышц).
3. Спорт	В) Медицинская дисциплина, применяющая средства физической культуры (в основном физические упражнения) с целью лечения и реабилитации больных и инвалидов, а также профилактики заболеваний

4. Лечебная физическая культура	Г) Комплекс мер спортивно-оздоровительного характера, направленных на реабилитацию и адаптацию
5. Адаптивная физическая культура	Д) Специализированный вид физического воспитания, направленный на формирование и совершенствование свойств и качеств личности, имеющих существенное значение для конкретной профессиональной деятельности.

Ответ: 1Б, 2В, 3А, 4В, 5Г

58

IV. Задание процессуального или алгоритмического толка

23. Определите последовательность фаз при занятиях аэробными упражнениями. Правильный ответ подчеркните.

а) разминка б) силовая нагрузка в) заминка г) аэробная фаза

- 1) а,б,в 2) б,г,а,в 3) а,г,в,б

10

V. Задание в форме, предполагающей перечисление известных фактов, характеристик и т.п.

24. В каком порядке расположились эти страны в медальном зачете зимней Олимпиады 2014 года в Сочи (от первого к четвертому)?

А) Канада Б) Норвегия В) Россия Г) США

Ответ: 1 - Г 2 - В 3 - А 4 - Б

15

VI. Задания с иллюстрациями или графическими изображениями двигательных действий (пиктограммы).

25. Напишите в бланке ответов напротив соответствующей буквы название вида спорта, к которому относится спортсмен.



А	Б	В	Г
Плавание	Баскетбол	хоккей	гимнастика

40

VII. Задание-кроссворд.

26. Решите кроссворд, записав в него слова. Ключевое слово запиши отдельно.

По вертикали:

1. Вид спорта включает в себя следующие дисциплины: фехтование, плавание, коньки, бег и стрельба.
2. Вид спорта, суть которого заключается в последовательном прохождении трех этапов, каждый из которых представляет собой отдельный вид спорта (шавание, велогонка, бег).
3. Большое помещение для спортсменов.
4. Спортивная обувь фигуристов.
5. Водный олимпийский вид спорта.
6. Спортивное приспособление в виде приподнятой доски с пружинами или без них, от которого с разбега отталкиваются для прыжка.
7. Зимний вид спорта, состязание в беге на лыжах и стрельбе по мишеням.
8. Как называется деревянная часть ракетки?
9. Шнур, используемый в гимнастических упражнениях

Стартовый номер	Время старта	Время финиша

Ответ: Предоставлены колонки с указанием стартового номера, результата каждого участника (в часах, минутах и секундах) и места — необходимо после расчетов — заполнить данную таблицу по результатам и местам каждого участника соревнований.

Стартовый номер	Результат	Место

физ-ра 29
31 5
10кл.

**МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП
ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

Задания для обучающихся 9-11 классов

Теоретико-методическое задание

Время выполнения задания – 45 минут.

Максимальное количество баллов – 40

Перед Вами задания по физической культуре. Они соотнесены с содержанием школьного курса физическая культура, а также требуют широкого кругозора, навыка поиска информации и умения мыслить.

Вам предлагается 28 заданий, максимально возможная сумма за правильные ответы – 40 баллов. Максимально возможное количество зачетных баллов за теоретико-методическое задание – 20 баллов.

Обратите внимание: за выполнение каждого задания Вы получите различное количество баллов, поскольку степень сложности заданий также различна.

Если Вам кажется, что задания относятся к теме, не очень хорошо Вам знакомой, не теряйте самообладание. Пропускайте незнакомые задания. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.

Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Достаточно проявить внимание и сообразительность, которые помогут успешно справиться с заданием.

Желаем успеха!

Какая из советских спортсменок дала имя одному из сложнейших элементов спортивной гимнастики, выполненный на брусьях?

а) Надя Команечи

б) Ольга Корбут

в) Алина Кабаева

г) Лариса Лагутина

2. История этого вида спорта насчитывает около полутора тысяч лет. Вероятно, старейшим известным предком является индийская игра чатуранга, заимствованная персами, которые видоизменили её и назвали шаграндж. После арабского завоевания Персии в VII веке шаграндж распространился в пределах арабского халифата, а от арабов стал известен европейцам. О каком виде спорта идет речь?

а) волейбол

б) футбол

в) шахматы

г) лапта

3. Кто ввёл в программу Олимпийских игр конкурену искусств?

а) Деметриус Викелас

б) Пьер де Кубертен

в) Майкл Моррис Килланин

г) Хуан Антонио Самаранч

4. Каким цветом обозначена Европа в эмблеме Международного олимпийского комитета (МОК)?

а) жёлтый

- б) голубой
- в) черный
- г) красный
- д) зелёный

5. Сколько человек у одной волейбольной команды может одновременно находится на игровой площадке?

- а) 6
- б) 2
- в) 4
- г) 8

15

6. Назовите основную меру безопасности при проведении подвижных игр

- а) строго соблюдать правила игры
- б) избегать столкновений с игроками, толчков и ударов по рукам и ногам игроков
- в) при падении сгруппироваться
- г) внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) руководителя
- д) всё вышеперечисленное

15

7. Правильным выполнение метания мяча на дальность считается

- а) в специальном секторе
- б) мокрым снарядом
- в) стоять рядом с выполняющим метание
- г) передавать снаряд для метания друг другу броском

15

8. Масса спортивного снаряда при выполнении норматива метание снаряда на дальность для девушек и юношей:

- а) 500 гр. и 700 гр.
- б) 500 гр. и 600 гр.
- в) 500 гр. и 800 гр.
- г) 500 гр. и 900 гр.

9. Какая дистанция на выносливость в обязательных испытаниях (тестах) для юношей есть в IV ступени ВФСК ГТО?

- а) 2000 м
- б) 900 м
- в) 800 м
- г) 1000 м

10. Что называют скандинавской ходьбой?

- а) Специфический способ передвижения по снегу
- б) пешие путешествия, во время которых при ходьбе опираются на специальные палки
- в) передвижение на снегоступах
- г) передвижение на лыжах без палок

11. Гипоксия – это...

- а) избыток витаминов
- в) кислородная недостаточность
- б) недостаток того или иного витамина
- г) гиперкератоз

12. Автор книги «Аэробика» и создатель одноименной оздоровительной системы

- а) Д. Фонда
- в) Г. Малахов

б) М. Семенова г) К. Купер

13. Какой прибор используется для измерения силы кисти?

а) ростомер в) динамометр

б) линейка г) спирометр

Задания в закрытой форме с множественным выбором ответов № 14-

При выполнении этих заданий необходимо выбрать два правильных варианта из предложенных.

14. Выберите виды состязаний, которые входили в программу Олимпийских игр древности, но не входят в современных?

а) петтангон в) прыжки в длину

б) двойной бег г) метания копья и диска ✓

15. Какие упражнения можно использовать для развития гибкости?

а) отжимание на брусьях или в упоре лёжа

б) упражнения для развития подвижности суставов

в) подтягивания

г) наклоны туловища из разных исходных положений

II. Задания в открытой форме, в котором нужно правильно внести
правильный ответ № 16– 20

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

16. Физическая культура - это составная часть общего воспитания, педагогический процесс, направленный на формирование физической культуры личности в результате педагогических воздействий и самовоспитания.

– программная и нормативная основа системы физического воспитания населения, устанавливающая государственные требования к уровню его физической подготовленности и нацеленная на развитие массового спорта и оздоровление нации, гармоничное и всестороннее развитие личности, воспитание патриотизма и обеспечение преемственности в осуществлении физического воспитания населения.

– сочетание соответствующих возможностей человека, обладающего специальными знаниями, умениями, навыками, физическими, психологическими и физиологическими качествами, совершать целенаправленные действия, формировать процессы мыслительной деятельности.

– это способность человека к длительному выполнению работы без снижения ее эффективности. Развитие этой способности осуществляется в процессе выполнения упражнений, вызывающих утомление и усталость.

– это способность человека быстро овладевать новыми движениями и быстро перестраивать двигательную деятельность в соответствии с требованиями меняющейся обстановки.

При выполнении этих заданий необходимо установить соответствие между словами, соединив их в пары, составляющие устойчивые выражения.

**III. Задания на сопоставление, в которых необходимо установить
соответствия № 21 – 22**

21. Установите соответствие в испытаниях ГТО (6 ступень).

А: Обязательные испытания, Б: Испытания по выбору.

Группа	Испытание
А	1 Бег на 100 м (с)
	2 туристический поход не менее 100 км, количество навыков
	3 Сжатие в упоре лежа, количество раз

Группа	Испытание
Б	4. Подтягивание из виса на высокой перекладине, количество раз
	5. Плавание на 50 м, мин, сек
	6. Метание спортивного снаряда весом 500 г. (м)

Ответ: А - 1, 3, 4, 6.

Б - 2, 5

50

22. Установите соответствие между видами физической культуры и их описанием.

1. Физическое воспитание	А) Организованная по определённым правилам деятельность людей, состоящая в сопоставлении их физических и (или) интеллектуальных способностей, а также подготовка к этой деятельности и межличностные отношения, возникающие в её процессе.
2. Профессионально-прикладная физическая культура	Б) Педагогический процесс, направленный на морфологическое и функциональное совершенствование организма человека, повышение уровня физических качеств, формирование и развитие двигательных навыков, улучшения форм тела (осанка, развитие грудной клетки, мышц).
3. Спорт	В) Медицинская дисциплина, применяющая средства физической культуры (в основном физические упражнения) с целью лечения и реабилитации больных и инвалидов, а также профилактики заболеваний

4. Лечебная физическая культура	Г) Комплекс мер спортивно-оздоровительного характера, направленных на реабилитацию и адаптацию
5. Адаптивная физическая культура	Д) Специализированный вид физического воспитания, направленный на формирование и совершенствование свойств и качеств личности, имеющих существенное значение для конкретной профессиональной деятельности.

Ответ: 1Б 2Д 3А 4В 5Г

50

IV. Задание процессуального или алгоритмического толка

23. Определите последовательность фаз при занятиях аэробными упражнениями. Правильный ответ подчеркните.

а) разминка б) силовая нагрузка в) заминка г) аэробная фаза

1) а,г,б,в 2) б,г,а,в 3) а,г,в,б

15

V. Задание в форме, предполагающей перечисление известных фактов, характеристик и т.п.

24. В каком порядке расположились эти страны в медальном зачете зимней Олимпиады 2014 года в Сочи (от первого к четвертому)?

А) Канада Б) Норвегия В) Россия Г) США

Ответ: 1 - Г 2 - В 3 - А 4 - Б

40

VI. Задания с иллюстрациями или графическими изображениями двигательных действий (виктограммы).

25. Напишите в бланке ответов напротив соответствующей буквы название вида спорта, к которому относится спортсмен.



А	Б	В	Г
плавание +	баскетбол +	хоккей +	гимнастика +

VII. Задание-кроссворд.

26. Решите кроссворд, записав в него слова. Ключевое слово запишите отдельно.

По вертикали:

1. Вид спорта включает в себя следующие дисциплины: фехтование, плавание, конкур, бег и стрельба.
2. Вид спорта, суть которого заключается в последовательном прохождении трех этапов, каждый из которых представляет собой отдельный вид спорта (плавание, велогонка, бег).
3. Большое помещение для спортсменов.
4. Спортивная обувь фигуристов.
5. Водный олимпийский вид спорта.
6. Спортивное приспособление в виде приподнятой доски с пружинами или без них, от которого с разбега отталкиваются для прыжка.
7. Зимний вид спорта, состязание в беге на лыжах и стрельбе по мишеням.
8. Как называется деревянная часть ракетки?
9. Шнур, используемый в гимнастических упражнениях

48

Стартовый номер	Время старта	Время финиша

Ответ: Предоставлены колодки с указанием стартового номера, результата каждого участника (в часах, минутах и секундах) и места – необходимо после расчетов – заполнить данную таблицу по результатам и местам каждого участника соревнований.

Стартовый номер	Результат	Место

физ-ра 2.5
255
Гмл.

**МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП
ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

Задания для обучающихся 9-11 классов

Теоретико-методическое задание

Время выполнения задания – 45 минут.

Максимальное количество баллов – 40

Перед Вами задания по физической культуре. Они соотнесены с содержанием школьного курса физическая культура, а также требуют широкого кругозора, навыка поиска информации и умения мыслить.

Вам предлагается 28 заданий, максимально возможная сумма за правильные ответы – 40 баллов. Максимально возможное количество зачетных баллов за теоретико-методическое задание – 20 баллов.

Обратите внимание: за выполнение каждого задания Вы получите различное количество баллов, поскольку степень сложности заданий также различна.

Если Вам кажется, что задания относятся к теме, не очень хорошо Вам знакомой, не теряйте самообладание. Пропускайте незнакомые задания. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.

Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Достаточно проявить внимание и сообразительность, которые помогут успешно справиться с заданием.

Желаем успеха!

Какая из советских спортсменок дала имя одному из сложнейших элементов спортивной гимнастики, выполненный на брусках?

а) Надя Команечи

б) Ольга Корбут

в) Аллина Кабаева

г) Лариса Латынина

10

2. История этого вида спорта насчитывает около полутора тысяч лет. Вероятно, старейшим известным предком является индийская игра чатуранга, заимствованная персами, которые видоизменили её и назвали шаграндж. После арабского завоевания Персии в VII веке шаграндж распространился в пределах арабского халифата, а от арабов стал известен европейцам. О каком виде спорта идет речь?

а) волейбол

б) футбол

в) шахматы

г) ланга

10

3. Кто ввёл в программу Олимпийских игр конкурсы искусств?

а) Деметриус Викелас

б) Пьер де Кубертен

в) Майкл Моррис Кишланин

г) Хуан Антонио Самаранч

4. Каким цветом обозначена Европа в эмблеме Международного олимпийского комитета (МОК)?

а) жёлтый

- б) голубой
- в) черный
- г) красный
- д) зелёный

5. Сколько человек у одной волейбольной команды может одновременно находится на игровой площадке?

- а) 6
- б) 2
- в) 4
- г) 8

10

6. Назовите основную меру безопасности при проведении подвижных игр

- а) строго соблюдать правила игры
- б) избегать столкновений с игроками, толчков и ударов по рукам и ногам игроков
- в) при падении сгруппироваться
- г) внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) руководителя

д) всё вышеперечисленное

10

7. Правильным выполнение метания мяча на дальность считается

- а) в специальном секторе
- б) мокрым снарядом
- в) стоять рядом с выполняющим метание
- г) передавать снаряд для метания друг другу броском

10

8. Масса спортивного снаряда при выполнении норматива метание снаряда на дальность для девушек и юношей:

а) 500 гр. и 700 гр.

б) 500 гр. и 600 гр.

в) 500 гр. и 800 гр.

г) 500 гр. и 900 гр.

40

9. Какая дистанция на выносливость в обязательных испытаниях (тестах) для юношей есть в IV ступени ВФСК ГТО?

а) 2000 м

б) 900 м

в) 800 м

г) 1000 м

10. Что называют скандинавской ходьбой?

а) Специфический способ передвижения по снегу

б) пешие путешествия, во время которых при ходьбе опираются на специальные палки

в) передвижение на снегоступах

г) передвижение на лыжах без палок

11. Гипоксия – это...

а) избыток витаминов

в) кислородная недостаточность

б) недостаток того или иного витамина

г) гиперкератоз

12. Автор книги «Аэробика» и создатель одноименной оздоровительной системы

а) Д. Фонда

в) Г. Малахов

б) М. Семенова г) К. Кушер

13. Какой прибор используется для измерения силы кисти?

а) ростомер в) динамометр

б) линейка г) спирометр

Задания в закрытой форме с множественным выбором ответов № 14-

При выполнении этих заданий необходимо выбрать два правильных варианта из предложенных.

14. Выберите виды состязаний, которые входили в программу Олимпийских игр древности, но не входят в современных?

а) пентаглон в) прыжки в длину

б) двойной бег г) метания копья и диска

15. Какие упражнения можно использовать для развития гибкости?

а) отжимание на брусьях или в упоре лёжа

б) упражнения для развития подвижности суставов

в) подтягивания

г) наклоны туловища из разных исходных положений

II. Задания в открытой форме, в котором нужно правильно вписать
правильный ответ № 16– 20

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

16. _____ - это составная часть общего воспитания, педагогический процесс, направленный на формирование физической культуры личности в результате педагогических воздействий и самовоспитания.

– программная и нормативная основа системы физического воспитания населения, устанавливающая государственные требования к уровню его физической подготовленности и нацеленная на развитие массового спорта и оздоровление нации, гармоничное и всестороннее развитие личности, воспитание патриотизма и обеспечение преемственности в осуществлении физического воспитания населения.

– сочетание соответствующих возможностей человека, обладающего специальными знаниями, умениями, навыками, физическими, психологическими и физиологическими качествами, совершать целенаправленные действия, формировать процессы мыслительной деятельности.

– это способность человека к длительному выполнению работы без снижения ее эффективности. Развитие этой способности осуществляется в процессе выполнения упражнений, вызывающих утомление и усталость.

– это способность человека быстро овладевать новыми движениями и быстро перестраивать двигательную деятельность в соответствии с требованиями меняющейся обстановки.

При выполнении этих заданий необходимо установить соответствие между словами, соединив их в пары, составляющие устойчивые выражения.

**III. Задания на сопоставление, в которых необходимо установить
соответствия № 21 – 22**

21. Установите соответствие в испытаниях ГТО (6 ступень).

А: Обязательные испытания, Б: Испытания по выбору.

Группа	Испытание
А	1 Бег на 100 м (с)
	2 Туристический поход не менее 100 км, количество навыков
	3 Отжимание в упоре лежа, количество раз

Группа	Испытание
Б	4. Подтягивание из виса на высокой перекладине, количество раз
	5. Плавание на 50 м, мин, сек
	6. Метание спортивного снаряда весом 500 г. (м)

Ответ: А- А-1, А-1, 3; Б-5, 6

40

22. Установите соответствие между видами физической культуры и их описанием.

1. Физическое воспитание	А) Организованная по определенным правилам деятельность людей, состоящая в сопоставлении их физических и (или) интеллектуальных способностей, а также подготовка к этой деятельности и межличностные отношения, возникающие в ее процессе.
2. Профессионально-прикладная физическая культура	Б) Педагогический процесс, направленный на морфологическое и функциональное совершенствование организма человека, повышение уровня физических качеств, формирование и развитие двигательных навыков, улучшения форм тела (осанка, развитие грудной клетки, мышц).
3. Спорт	В) Медицинская дисциплина применяющая средства физической культуры (в основном физические упражнения) с целью лечения и реабилитации больных и инвалидов, а также профилактики заболеваний

4. Лечебная физическая культура	Г) Комплекс мер спортивно-оздоровительного характера, направленных на реабилитацию и адаптацию
5. Адаптивная физическая культура	Д) Специализированный вид физического воспитания, направленный на формирование и совершенствование свойств и качеств личности, имеющих существенное значение для конкретной профессиональной деятельности.

Ответ: 1-Б; 2-Б; 3-А; 4-В; 5-Г

40

IV. Задание процессуального или алгоритмического толка

23. Определите последовательность фаз при занятиях аэробными упражнениями. Правильный ответ подчеркните.

а) разминка б) силовая нагрузка в) заминка г) аэробная фаза

- 1) а,г,б,в 2) б,г,а,в 3) а,г,в,б

10

V. Задание в форме, предполагающей перечисление известных фактов, характеристик и т.п.

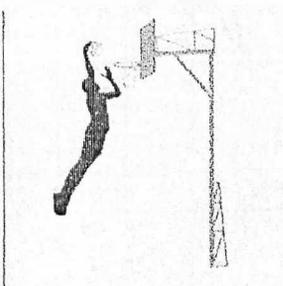
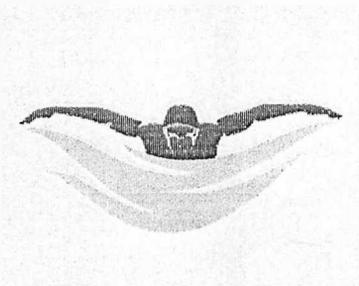
24. В каком порядке расположились эти страны в медальном зачете зимней Олимпиады 2014 года в Сочи (от первого к четвертому)?

А) Канада Б) Норвегия В) Россия Г) США

Ответ: 1 - Б 2- А 3- Г 4 - В

VI. Задания с иллюстрациями или графическими изображениями двигательных действий (пиктограммы).

25. Напишите в бланке ответов напротив соответствующей буквы название вида спорта, к которому относится спортсмен.



А	Б	В	Г
Плавание	баскетбол	Хоккей	фигурный хоккей

VII. Задание-кроссворд.

26. Решите кроссворд, записав в него слова. Ключевое слово запиши отдельно.

По вертикали:

1. Вид спорта включает в себя следующие дисциплины: фехтование, плавание, конкур, бег и стрельба.
2. Вид спорта, суть которого заключается в последовательном прохождении трех этапов, каждый из которых представляет собой отдельный вид спорта (плавание, велогонка, бег).
3. Большое помещение для спортсменов.
4. Спортивная обувь фигуристов.
5. Водный олимпийский вид спорта.
6. Спортивное приспособление в виде приподнятой доски с пружинами или без них, от которого с разбега отталкиваются для прыжка.
7. Зимний вид спорта, состязание в беге на лыжах и стрельбе по мишеням.
8. Как называется деревянная часть ракетки?
9. Шнур, используемый в гимнастических упражнениях

Стартовый номер	Время старта	Время финиша

Ответ: Предоставлены колонки с указанием стартового номера, результата каждого участника (в часах, минутах и секундах) и места – необходимо после расчетов – заполнить данную таблицу по результатам и местам каждого участника соревнований.

Стартовый номер	Результат	Место

Форм-ра 4
270
Гм.

**МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП
ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

Задания для обучающихся 9-11 классов

Теоретико-методическое задание

Время выполнения задания – 45 минут.

Максимальное количество баллов – 40

Перед Вами задания по физической культуре. Они соотнесены с содержанием школьного курса физическая культура, а также требуют широкого кругозора, навыка поиска информации и умения мыслить.

Вам предлагается 28 заданий, максимально возможная сумма за правильные ответы – 40 баллов. Максимально возможное количество зачетных баллов за теоретико-методическое задание – 20 баллов.

Обратите внимание: за выполнение каждого задания Вы получите различное количество баллов, поскольку степень сложности заданий также различна.

Если Вам кажется, что задания относятся к теме, не очень хорошо Вам знакомой, не теряйте самообладание. Пропускайте незнакомые задания. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.

Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Достаточно проявить внимание и сообразительность, которые помогут успешно справиться с заданием.

Желаем успеха!

Какая из советских спортсменок дала имя одному из сложнейших элементов спортивной гимнастики, выполненный на брусьях?

а) Надя Команечи

б) Ольга Корбут

в) Алина Кабаева

г) Лариса Латынина

2. История этого вида спорта насчитывает около полутора тысяч лет. Вероятно, старейшим известным предком является индийская игра чатуранга, заимствованная персами, которые видоизменили её и назвали шаграндж. После арабского завоевания Персии в VII веке шаграндж распространился в пределах арабского халифата, а от арабов стал известен европейцам. О каком виде спорта идет речь?

а) волейбол

б) футбол

в) шахматы

г) лапта

3. Кто ввёл в программу Олимпийских игр конкурсы искусств?

а) Деметриус Викелас

б) Пьер де Кубертен

в) Майкл Моррис Килланин

г) Хуан Антонио Самаранч

4. Каким цветом обозначена Европа в эмблеме Международного олимпийского комитета (МОК)?

а) жёлтый

- б) голубой
- в) черный
- г) красный
- д) зелёный

5. Сколько человек у одной волейбольной команды может одновременно находиться на игровой площадке?

а) 6

б) 2

в) 4

г) 8

6. Назовите основную меру безопасности при проведении подвижных игр

а) строго соблюдать правила игры

б) избегать столкновений с игроками, толчков и ударов по рукам и ногам игроков

в) при падении сгруппироваться

г) внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) руководителя

д) всё вышеперечисленное

7. Правильным выполнение метания мяча на дальность считается

а) в специальном секторе

б) мокрым снарядом

в) стоять рядом с выполняющим метание

г) передавать снаряд для метания друг другу броском

15

18

8. Масса спортивного снаряда при выполнении норматива метание снаряда на дальность для девушек и юношей:

- а) 500 гр. и 700 гр.
- б) 500 гр. и 600 гр.
- в) 500 гр. и 800 гр.
- г) 500 гр. и 900 гр.

9. Какая дистанция на выносливость в обязательных испытаниях (тестах) для юношей есть в IV ступени ВФСК ГТО?

- а) 2000 м
- б) 900 м
- в) 800 м
- г) 1000 м

10. Что называют скандинавской ходьбой?

- а) Специфический способ передвижения по снегу
- б) пешие путешествия, во время которых при ходьбе опираются на специальные палки
- в) передвижение на снегоступах
- г) передвижение на лыжах без палок

11. Гипоксия – это...

- а) избыток витаминов
- б) недостаток того или иного витамина
- в) кислородная недостаточность
- г) гиперкератоз

12. Автор книги «Аэробика» и создатель одноименной оздоровительной системы

- а) Д. Фонда
- б) Г. Малахов

б) М. Семенова г) К. Купер

13. Какой прибор используется для измерения силы кисти?

а) ростомер в) динамометр

б) линейка г) спирометр

Задания в закрытой форме с множественным выбором ответов № 14-

При выполнении этих заданий необходимо выбрать два правильных варианта из предложенных.

14. Выберите виды состязаний, которые входили в программу Олимпийских игр древности, но не входят в современных?

а) пентаглон в) прыжки в длину

б) двойной бег г) метания копья и диска

15. Какие упражнения можно использовать для развития гибкости?

а) отжимание на брусьях или в упоре лёжа

б) упражнения для развития подвижности суставов

в) подтягивания

г) наклоны туловища из разных исходных положений

II. Задания в открытой форме, в котором нужно правильно вписать
правильный ответ № 16– 20

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

16. Физическая культура — это составная часть общего воспитания, педагогический процесс, направленный на формирование физической культуры личности в результате педагогических воздействий и самовоспитания.

задача — программная и нормативная основа системы физического воспитания населения, устанавливающая государственные требования к уровню его физической подготовленности и нацеленная на развитие массового спорта и оздоровление нации, гармоничное и всестороннее развитие личности, воспитание патриотизма и обеспечение преемственности в осуществлении физического воспитания населения.

— сочетание соответствующих возможностей человека, обладающего специальными знаниями, умениями, навыками, физическими, психологическими и физиологическими качествами, совершать целенаправленные действия, формировать процессы мыслительной деятельности.

сила — это способность человека к длительному выполнению работы без снижения ее эффективности. Развитие этой способности осуществляется в процессе выполнения упражнений, вызывающих утомление и усталость.

сообразность — это способность человека быстро овладевать новыми движениями и быстро перестраивать двигательную деятельность в соответствии с требованиями меняющейся обстановки.

При выполнении этих заданий необходимо установить соответствие между словами, соединив их в пары, составляющие устойчивые выражения.

III. Задания на сопоставление, в которых необходимо установить соответствие № 21 – 22

21. Установите соответствие в испытаниях ГТО (6 ступень).

А: Обязательные испытания, Б: Испытания по выбору.

Группа	Испытание
А	1. Бег на 100 м (с)
	2. Туристический поход не менее 100 км, количество навыков
	3. Отжимание в упоре лежа, количество раз

Группа	Испытание
Б	4. Подтягивание из виса на высокой перекладине, количество раз
	5. Плавание на 50 м, мин, сек
	6. Метание спортивного снаряда весом 500 г. (м)

Ответ: А 13

Б 45

45

22. Установите соответствие между видами физической культуры и их описанием.

1. Физическое воспитание	А) Организованная по определённым правилам деятельность людей, состоящая в сопоставлении их физических и (или) интеллектуальных способностей, а также подготовка к этой деятельности и межличностные отношения, возникающие в её процессе.
2. Профессионально-прикладная физическая культура	Б) Педагогический процесс, направленный на морфологическое и функциональное совершенствование организма человека, повышение уровня физических качеств, формирование и развитие двигательных навыков, улучшения форм тела (осанка, развитие грудной клетки, мышц).
3. Спорт	В) Медицинская дисциплина, применяющая средства физической культуры (в основном физические упражнения) с целью лечения и реабилитации больных и инвалидов, а также профилактики заболеваний

4. Лечебная физическая культура	Г) Комплекс мер спортивно-оздоровительного характера направленных на реабилитацию и адаптацию
5. Адаптивная физическая культура	Д) Специализированный вид физического воспитания, направленный на формирование и совершенствование свойств и качеств личности, имеющих существенное значение для конкретной профессиональной деятельности.

Ответ: 1-Б 2-Д 3-А 4-В 5-Г

50

IV. Задание процессуального или алгоритмического толка

23. Определите последовательность фаз при занятиях аэробными упражнениями. Правильный ответ подчеркните.

а) разминка б) силовая нагрузка в) заминка г) аэробная фаза

1) а,г,б,в 2) б,г,а,в 3) а,г,в,б

10

V. Задание в форме, предполагающей перечисление известных фактов, характеристик и т.п.

24. В каком порядке расположились эти страны в медальном зачете зимней Олимпиады 2014 года в Сочи (от первого к четвертому)?

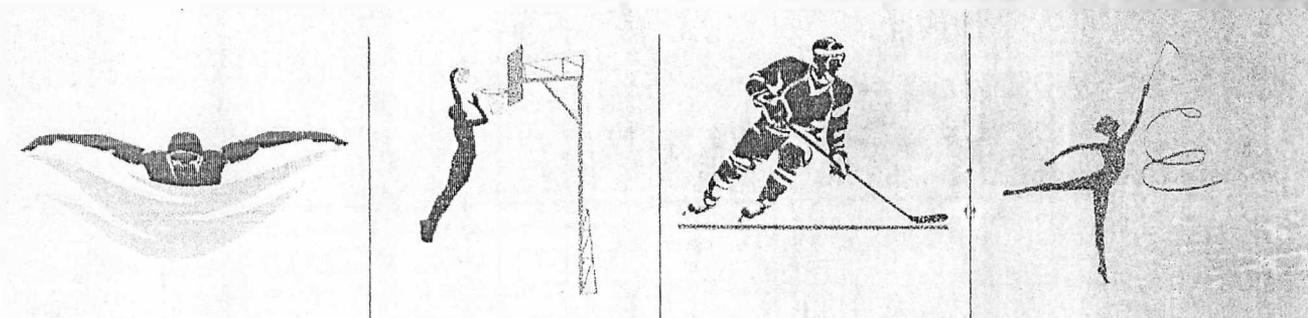
А) Канада Б) Норвегия В) Россия Г) США

Ответ: 1 - В 2 - Г 3 - А 4 - Б

20

VI. Задания с иллюстрациями или графическими изображениями двигательных действий (пиктограммы).

25. Напишите в бланке ответов напротив соответствующей буквы название вида спорта, к которому относится спортсмен.



А	Б	В	Г
Плавание	Баскетбол	Хоккей	Гимнастика

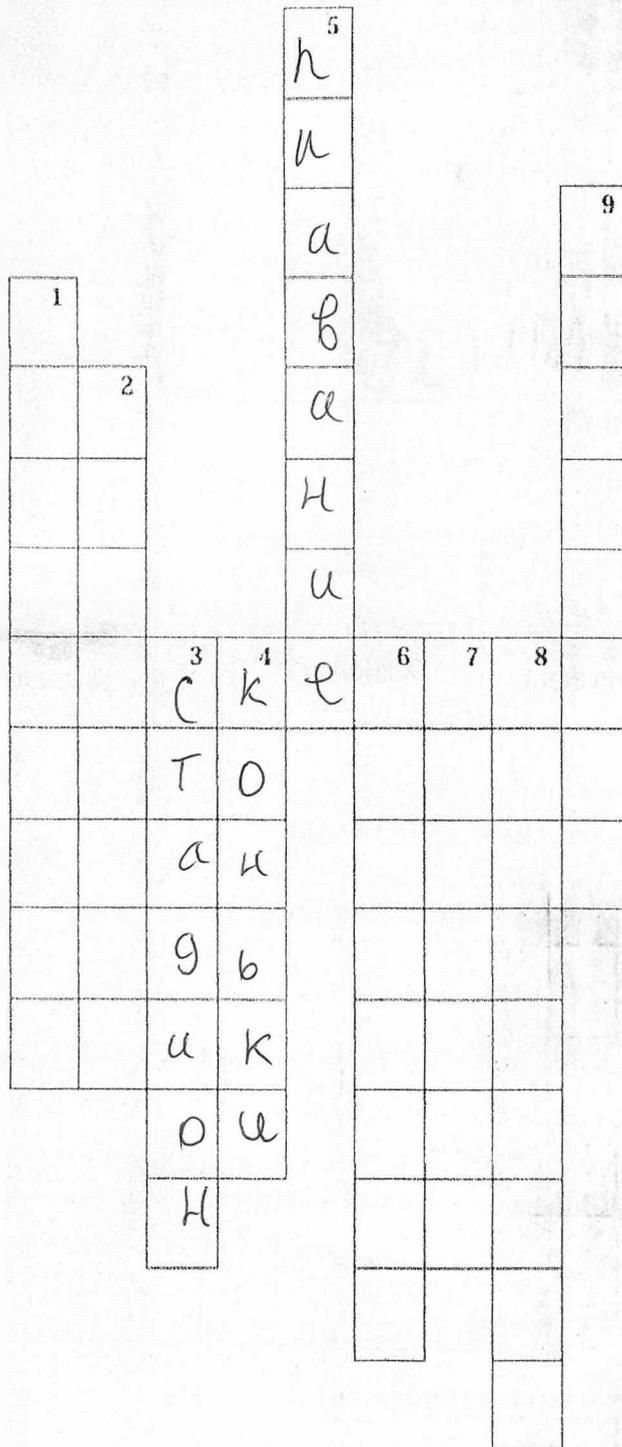
УБ

VI. Задание-кроссворд.

26. Решите кроссворд, записав в него слова. Ключевое слово запишите отдельно.

По вертикали:

1. Вид спорта включает в себя следующие дисциплины: фехтование, плавание, конкур, бег и стрельба.
2. Вид спорта, суть которого заключается в последовательном прохождении трех этапов, каждый из которых представляет собой отдельный вид спорта (плавание, велогонка, бег).
3. Большое помещение для спортсменов.
4. Спортивная обувь фигуристов.
5. Водный олимпийский вид спорта.
6. Спортивное приспособление в виде приподнятой доски с пружинами или без них, от которого с разбега отталкиваются для прыжка.
7. Зимний вид спорта, состязание в беге на лыжах и стрельбе по мишеням.
8. Как называется деревянная часть ракетки?
9. Шнур, используемый в гимнастических упражнениях



30

VIII. Задание-задача.

Читаем условия задачи, решаем на черновике, записываем решение в графу ответов. Контролируйте время выполнения задания.

27. На основании информации, указанной во фрагменте протокола соревнований по лыжным гонкам, определите результат (в часах, минутах и секундах) и место каждого участника соревнований.

Стартовый номер	Время старта	Время финиша

Ответ: Предоставлены колонки с указанием стартового номера, результата каждого участника (в часах, минутах и секундах) и места – необходимо после расчетов – заполнить данную таблицу по результатам и местам каждого участника соревнований.

Стартовый номер	Результат	Место

МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП
ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Задания для обучающихся 9-11 классов

Теоретико-методическое задание

Форм-ра 10

345

Гри

Время выполнения задания – 45 минут.

Максимальное количество баллов – 40

Перед Вами задания по физической культуре. Они соотнесены с содержанием школьного курса физическая культура, а также требуют широкого кругозора, навыка поиска информации и умения мыслить.

Вам предлагается 28 заданий, максимально возможная сумма за правильные ответы – 40 баллов. Максимально возможное количество зачетных баллов за теоретико-методическое задание – 20 баллов.

Обратите внимание: за выполнение каждого задания Вы получите различное количество баллов, поскольку степень сложности заданий также различна.

Если Вам кажется, что задания относятся к теме, не очень хорошо Вам знакомой, не теряйте самообладание. Пропускайте незнакомые задания. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.

Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Достаточно проявить внимание и сообразительность, которые помогут успешно справиться с заданием.

Желаем успеха!

Какая из советских спортсменок дала имя одному из сложнейших элементов спортивной гимнастики, выполненный на брусьях?

- а) Надя Команечи
- б) Ольга Корбут
- в) Алина Кабаева
- г) Лариса Лагынина

2. История этого вида спорта насчитывает около полутора тысяч лет. Вероятно, старейшим известным предком является индийская игра чагуранга заимствованная персами, которые видоизменили её и назвали шаграндж. После арабского завоевания Персии в VII веке шаграндж распространился в пределах арабского халифата, а от арабов стал известен европейцам. О каком виде спорта идет речь?

- а) волейбол
- б) футбол
- в) шахматы
- г) лапта

3. Кто ввёл в программу Олимпийских игр конкурсы искусств?

- а) Деметриус Викелас
- б) Пьер де Кубертен
- в) Майкл Моррис Килланин
- г) Хуан Антонио Самаранч

4. Каким цветом обозначена Европа в эмблеме Международного олимпийского комитета (МОК)?

- а) жёлтый

б) голубой

в) черный

г) красный

д) зелёный

5. Сколько человек у одной волейбольной команды может одновременно находиться на игровой площадке?

а) 6

б) 2

в) 4

г) 8

6. Назовите основную меру безопасности при проведении подвижных игр

а) строго соблюдать правила игры

б) избегать столкновений с игроками, толчков и ударов по рукам и ногам игроков

в) при падении сгруппироваться

г) внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) руководителя

д) всё вышеперечисленное

7. Правильным выполнение метания мяча на дальность считается

а) в специальном секторе

б) мокрым снарядом

в) стоять рядом с выполняющим метание

г) передавать снаряд для метания друг другу броском

8. Масса спортивного снаряда при выполнении норматива метание снаряда на дальность для девушек и юношей:

- а) 500 гр. и 700 гр.
- б) 500 гр. и 600 гр.
- в) 500 гр. и 800 гр.
- г) 500 гр. и 900 гр.

9. Какая дистанция на выносливость в обязательных испытаниях (тестах) для юношей есть в IV ступени ВФСК ГТО?

- а) 2000 м
- б) 900 м
- в) 800 м
- г) 1000 м

10. Что называют скандинавской ходьбой?

- а) Специфический способ передвижения по снегу
- б) пешие путешествия, во время которых при ходьбе опираются на специальные палки
- в) передвижение на снегоступах
- г) передвижение на лыжах без палок

11. Гипоксия – это...

- а) избыток витаминов
- б) кислородная недостаточность
- в) недостаток того или иного витамина
- г) гиперкератоз

12. Автор книги «Аэробика» и создатель одноименной оздоровительной системы

- а) Д. Фонда
- в) Г. Малахов

б) М. Семенова г) К. Купер

13. Какой прибор используется для измерения силы кисти?

а) ростомер в) динамометр

б) линейка г) спирометр

Задания в закрытой форме с множественным выбором ответов № 14-

При выполнении этих заданий необходимо выбрать два правильных варианта из предложенных.

14. Выберите виды состязаний, которые входили в программу Олимпийских игр древности, но не входят в современных?

а) пентаглон в) прыжки в длину

б) двойной бег г) метания копья и диска

15. Какие упражнения можно использовать для развития гибкости?

а) отжимание на брусьях или в упоре лёжа

б) упражнения для развития подвижности суставов

в) подтягивания

г) наклоны туловища из разных исходных положений

II. Задания в открытой форме, в котором нужно правильно вписать

правильный ответ № 16– 20

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

16. Физическая культура - это составная часть общего воспитания, педагогический процесс, направленный на формирование физической культуры личности в результате педагогических воздействий и самовоспитания.

– программная и нормативная основа системы физического воспитания населения, устанавливающая государственные требования к уровню его физической подготовленности и нацеленная на развитие массового спорта и оздоровление нации, гармоничное и всестороннее развитие личности, воспитание патриотизма и обеспечение преемственности в осуществлении физического воспитания населения.

– сочетание соответствующих возможностей человека, обладающего специальными знаниями, умениями, навыками, физическими, психологическими и физиологическими качествами, совершать целенаправленные действия, формировать процессы мыслительной деятельности.

– это способность человека к длительному выполнению работы без снижения ее эффективности. Развитие этой способности осуществляется в процессе выполнения упражнений, вызывающих утомление и усталость.

– это способность человека быстро овладевать новыми движениями и быстро перестраивать двигательную деятельность в соответствии с требованиями меняющейся обстановки.

При выполнении этих заданий необходимо установить соответствие между словами, соединив их в пары, составляющие устойчивые выражения.

III. Задания на сопоставление, в которых необходимо установить соответствие № 21 – 22

21. Установите соответствие в испытаниях ГТО (6 ступень).

А: Обязательные испытания, Б: Испытания по выбору.

Группа	Испытание
А	ег на 100 м (с)
	уристический поход не менее 100 км, количество навыков
	тжимание в упоре лежа, количество раз

Группа	Испытание
Б	4. Подтягивание из виса на высокой перекладине, количество раз
	5. Плавание на 50 м, мин, сек
	6. Метание спортивного снаряда весом 500 г. (м)

Ответ: А: 1 3 4 Б: 2 5 6

6+

22. Установите соответствие между видами физической культуры и их описанием.

1. Физическое воспитание	А) Организованная по определённым правилам деятельность людей, состоящая в сопоставлении их физических и (или) интеллектуальных способностей, а также подготовка к этой деятельности и межличностные отношения, возникающие в её процессе.
2. Профессионально-прикладная физическая культура	Б) Педагогический процесс, направленный на морфологическое и функциональное совершенствование организма человека, повышение уровня физических качеств, формирование и развитие двигательных навыков, улучшения форм тела (осанка, развитие грудной клетки, мышц).
3. Спорт	В) Медицинская дисциплина, применяющая средства физической культуры (в основном физические упражнения) с целью лечения и реабилитации больных и инвалидов, а также профилактики заболеваний.

4. Лечебная физическая культура	Г) Комплекс мер спортивно-оздоровительного характера, направленных на реабилитацию и адаптацию
5. Адаптивная физическая культура	Д) Специализированный вид физического воспитания, направленный на формирование и совершенствование свойств и качеств личности, имеющих существенное значение для конкретной профессиональной деятельности.

Ответ: 4-Б 2-В 3-А 4-В 5-Д

50

IV. Задание процессуального или алгоритмического толка

23. Определите последовательность фаз при занятиях аэробными упражнениями. Правильный ответ подчеркните.

а) разминка б) силовая нагрузка в) заминка г) аэробная фаза

- 1) а,г,б,в 2) б,г,а,в 3) а,г,в,б

+

V. Задание в форме, предполагающей перечисление известных фактов, характеристик и т.п.

24. В каком порядке расположились эти страны в медальном зачете зимней Олимпиады 2014 года в Сочи (от первого к четвертому)?

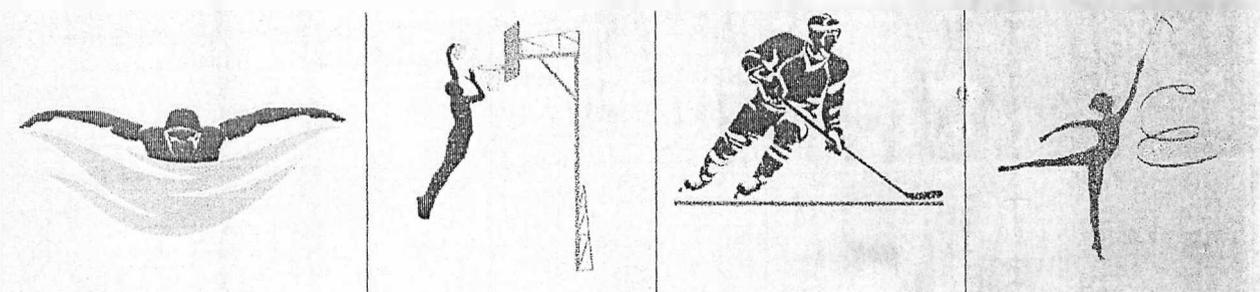
А) Канада Б) Норвегия В) Россия Г) США

Ответ: 1 - Б 2 - А 3 - В 4 - Г

+

VI. Задания с иллюстрациями или графическими изображениями двигательных действий (пиктограммы).

25. Напишите в бланке ответов напротив соответствующей буквы название вида спорта, к которому относится спортсмен.



А	Б	В	Г
Плавание	Баскетбол	Хоккей	Спортивная гимнастика

+

+

+

+

VII. Задание-кроссворд.

26. Решите кроссворд, записав в него слова. Ключевое слово запишите отдельно.

По вертикали:

1. Вид спорта включает в себя следующие дисциплины: фехтование, плавание, конкур, бег и стрельба.
2. Вид спорта, суть которого заключается в последовательном прохождении трех этапов, каждый из которых представляет собой отдельный вид спорта (плавание, велогонка, бег).
3. Большое помещение для спортсменов.
4. Спортивная обувь фигуристов.
5. Водный олимпийский вид спорта.
6. Спортивное приспособление в виде приподнятой доски с пружинами или без них, от которого с разбега отталкиваются для прыжка.
7. Зимний вид спорта, состязание в беге на лыжах и стрельбе по мишеням.
8. Как называется деревянная часть ракетки?
9. Шнур, используемый в гимнастических упражнениях

Стартовый номер	Время старта	Время финиша

Ответ: Предоставлены колонки с указанием стартового номера, результата каждого участника (в часах, минутах и секундах) и места – необходимо после расчетов – заполнить данную таблицу по результатам и местам каждого участника соревнований.

Стартовый номер	Результат	Место