



ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ 2017/18 гг.
МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
9-11 КЛАСС

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ИСПЫТАНИЕ

Инструкция по выполнению заданий

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к уровню знаний по предмету «Физическая культура» обучающихся 9-11 классов.

Задания (общее количество – **30 заданий**) объединены в семь групп:

1. Задания с выбором одного или нескольких правильных ответов (в закрытой форме). Задания представлены в виде незавершенных утверждений, которые при завершении могут оказаться либо истинными, либо ложными. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильное завершение из предложенных вариантов. Правильным утверждением является только то, которое наиболее полно соответствует смыслу. Правильных ответов в задании может быть от одного до двух. Выбранные варианты ответов отмечаются, зачеркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в», «г».

2. Задания «на соответствие». При выполнении этих заданий необходимо подобрать к каждому варианту одного столбца вариант ответа из другого столбца. Соотношение цифр и букв вписывается в соответствующую графу бланка ответов.

3. Задания, в которых правильный ответ надо дописать (в открытой форме). При выполнении этих заданий необходимо самостоятельно подобрать слово или словосочетание, которое завершает данное высказывание и образует истинное утверждение. Подбранное слово или словосочетание вписывайте в соответствующую графу бланка ответов.

4. Задания процессуального или алгоритмического толка. В заданиях предполагается определение правильной последовательности фактов, действий в представленном процессе. Выбранный вариант правильной последовательности отмечается зачеркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в», «г».

5. Задания в форме, предполагающей перечисление известных вам фактов, характеристик и т.д. Записи выполняются на обороте бланка ответов. Записи должны быть разборчивыми и терминологически точными. Оценивается каждая представленная позиция.

6. Задание с графическими изображениями двигательных действий. Этот тип вопросов предполагает изображение с помощью пиктограмм комплекса упражнений различной направленности. Оценивается каждое верное изображение.

7. Задание-кроссворд. Задание связано с решением заданий кроссворда. Оценивается каждый верный ответ на вопросы кроссворда.

Все записи в бланке ответов должны быть разборчивыми.

Будьте внимательными при записях в бланке ответов. Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ.

Время выполнения заданий – 45 минут.

Контролируйте время выполнения каждого задания.

Заполните анкету в бланке ответов: Фамилию, имя, отчество, название муниципалитета, школу и класс, которую Вы представляете.

Максимальное количество баллов за выполнение теоретико-методических заданий составляет **67 баллов**.



ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ 2017/18 гг.
МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
9-11 КЛАСС

ЗАДАНИЯ В ЗАКРЫТОЙ ФОРМЕ

Завершите утверждение, зачеркивая соответствующий(ие) квадрат(ы) в бланке ответов: а, б, в, г.

1. Древнегреческий ученый, которому принадлежит это высказывание: «Ничто так сильно не разрушает организм, как физическое бездействие».
 - а. ... Аристотель.
 - б. ... Гален.
 - в. ... Гиппократ.
 - г. ... Диоскрид.

2. В состав МОК с 1971 года от России входит ...
 - а. ... Шамиль Тарпищев.
 - б. ... Александр Жуков.
 - в. ... Виталий Смирнов.
 - г. ... Александр Попов.

3. Лыжниц-гонщиц к участию на Олимпийских зимних играх впервые допустили в ...
 - а. ... 1908 г., Игры IV Олимпиады.
 - б. ... 1924 г., I Олимпийские зимние игры.
 - в. ... 1952 г., VI Олимпийские зимние игры.
 - г. ... 1988 г., XV Олимпийские зимние игры.

4. Онтогенез человека представляет собой процесс:
 - а. ... адаптационных преобразований.
 - б. ... морфологических преобразований.
 - в. ... физиологических преобразований.
 - г. ... биохимических преобразований.

Отметьте все позиции

5. Соотношение белков, жиров и углеводов в питании здоровых молодых людей, живущих в умеренном климате и не занятых физическим трудом.
 - а. ... Б – 13%, Ж – 33%, У – 54%.
 - б. ... Б – 20%, Ж – 30%, У – 50%.
 - в. ... Б – 15%, Ж – 31%, У – 54%.
 - г. ... Б – 5%, Ж – 40%, У – 55%.

6. Виды состязаний в триатлоне:
 - а. ... плавание
 - б. ... бег
 - в. ... метание копья
 - г. ... велосипедная гонка

Отметьте все позиции



ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ 2017/18 гг.
МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
9-11 КЛАСС

7. Отдел головного мозга, отвечающий за развитие координационных способностей.
- а. ... рефлекторная дуга.
 - б. ... мозжечок.
 - в. ... гипоталамус.
 - г. ... средний мозг.
8. При выполнении силовых упражнений гипертрофии более подвержены ...
- а. ... быстро утомляемые мышечные волокна.
 - б. ... устойчивые к утомлению мышечные волокна.
 - в. ... медленные мышечные волокна.
 - г. ... все мышечные волокна.
9. Главным отличием физических упражнений от других видов двигательной активности является то, что они ...
- а. ... строго регламентированы.
 - б. ... создают развивающий эффект.
 - в. ... представляют собой игровую деятельность.
 - г. ... не ориентированы на производство материальных ценностей.
10. Нормальной считается реакция сердечно-сосудистой системы на физическую нагрузку, если ...
- а. ... восстанавливается частота дыхания.
 - б. ... разность пульса в положении лёжа и стоя составляет не более 10–12 уд/мин.
 - в. ... присутствует желание выполнять физические упражнения.
 - г. ... увеличивается показатель ЖЕЛ.
11. К спортивным единоборствам относятся:
- а. ... грэпплинг.
 - б. ... бокс.
 - в. ... баскетбол.
 - г. ... фехтование.

Отметьте все позиции

12. Практические методы, используемые в процессе обучения двигательным действиям:
- а. ... целостный.
 - б. ... подводящий.
 - в. ... равномерный.
 - г. ... расчлененный.

Отметьте все позиции



ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ 2017/18 гг.
МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
9-11 КЛАСС

13. Для двигательного навыка характерна ...
- а. ...концентрация внимания на операциях, составляющих действие.
 - б. ...расчлененность операций.
 - в. ...устойчивость техники действий к воздействию сбивающих факторов.
 - г. ...нестандартность параметров и результатов действий.
14. Ценности, создаваемые в сфере физической культуры, не являются ...
- а. ...национальными.
 - б. ...интеллектуальными.
 - в. ...материальными.
 - г. ...физическими.
15. К количественным показателям «успеваемости» по предмету «Физическая культура» относятся...
- а. ...количество побед в школьных соревнованиях.
 - б. ...систематичность занятий физическими упражнениями и спортом.
 - в. ...уровень физической подготовленности.
 - г. ...ведение здорового образа жизни.
16. Интервал отдыха, характеризующийся относительной нормализацией функционального состояния организма, следующей за выполнением упражнения.
- а. ...напряженный интервал.
 - б. ...суперкомпенсаторный интервал.
 - в. ...ординарный интервал.
 - г. ...«минимум»-интервал.
17. Если игрок в соревнованиях по баскетболу случайно забрасывает мяч в собственную корзину, то ...
- а. ... записывается два очка капитану соперников.
 - б. ... ему записывается два очка.
 - в. ... записываются очки любому игроку команды соперников.
 - г. ... игрока наказывается техническим фолом.
18. На соревнованиях по волейболу в команде была произведена одна полная замена. Сколько осталось замен у команды?
- а. ...1 полная или 3 неполных.
 - б. ...2 полных или 4 неполных.
 - в. ...2 полных и 1 неполная.
 - г. ...замен не осталось.



ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ 2017/18 гг.
МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
9-11 КЛАСС

ЗАДАНИЯ НА «СООТВЕТСТВИЕ»

*Соотнесите между собой содержание двух столбцов.
К каждой цифре вписывается соответствующая(ие) буква(ы).*

19. Сопоставьте внешние признаки утомления со степенью тяжести.

Степень тяжести		Признаки утомления	
1	Легкая	а	Небольшое покраснение кожи лица
		б	Большая потливость кожи головы и туловища
2	Значительная	в	Дыхание резко учащенное, одышка
		г	Движения неуверенные
3	Очень большая	д	Движения не нарушены
		ж	Появление синюшности губ

20. Сопоставьте имена Олимпийских чемпионов с годами их побед.

Олимпийские чемпионы		Игры Олимпиад	
1	Евгений Устюгов	а	Игры XXXI Олимпиады, Рио-де-Жанейро, 2016 г.
2	Юрий Борзаковский	б	XX Олимпийские зимние игры, Турин, 2006 г.
3	Евгений Дементьев	в	XXII Олимпийские зимние игры, Сочи, 2014 г.
4	Алина Мустафина	г	Игры XXVIII Олимпиады, Афины, 2004 г.
5	Николай Крюков	д	XXI Олимпийские зимние игры, Ванкувер, 2010 г.

ЗАДАНИЯ В ОТКРЫТОЙ ФОРМЕ

*Впишите соответствующее слово (словосочетание)
в бланк ответа*

21. Процесс временного снижения работоспособности, вызванный выполнением физических упражнений и отрицательно влияющий на быстроту и качество освоения новых движений.

22. Определённая мера влияния физических упражнений на организм занимающихся.

23. Использование веществ природного или синтетического происхождения, употребление которых резко поднимает на короткое время активность нервной и эндокринной систем, что, в целом, позволяет добиться улучшения спортивных результатов.

24. Совместная деятельность людей по использованию и приумножению ценностей физической культуры.



ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ 2017/18 гг.
МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
9-11 КЛАСС

**ЗАДАНИЯ ПРОЦЕССУАЛЬНОГО ИЛИ АЛГОРИТМИЧЕСКОГО
ТОЛКА**

Выберите правильную последовательность, зачеркнув соответствующий квадрат в бланке ответов: а, б, в, г.

25. Последовательность изучения лыжных ходов:

1. полуконьковый ход;
 2. попеременный двухшажный классический ход;
 3. одновременный одношажный классический ход;
 4. попеременный четырехшажный классический ход.
- а. 1,2,3,4
б. 4,3,2,1
в. 3,2,4,1
г. 2,3,4,1

26. Последовательность по временным показателям физиологических зон мощности:

1. умеренная зона мощности
 2. максимальная зона мощности
 3. большая зона мощности
 4. субмаксимальная зона мощности
- а. 1,2,3,4
б. 4,3,2,1
в. 3,2,4,1
г. 2,4,3,1

ЗАДАНИЯ НА ПЕРЕЧИСЛЕНИЕ

Впишите ответ в бланк

27. Перечислите города России, в которых будут проходить соревнования в рамках Чемпионами мира по футболу в 2018 году.

28. Перечислите важнейшие элементы здорового образа жизни.

ЗАДАНИЕ С ГРАФИЧЕСКИМ ИЗОБРАЖЕНИЕМ

29. Для самостоятельного выполнения различных исходных положений необходимо научиться их правильно записывать в форме пиктограмм. Графически изобразите исходные положения в бланке ответов.

Описание	Изображение
(1) упор лежа согнув руки	
(2) сед углом	



ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ 2017/18 гг.
МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
9-11 КЛАСС

(3) упор стоя согнувшись	
(4) стойка на правой, руки в стороны	
(5) упор лежа сзади	
(6) сед, согнув ноги, руки вверх	

ЗАДАНИЕ-КРОССВОРД

Впишите ответы кроссворда в бланк

30. Решите кроссворд на тему «Лёгкая атлетика».

По горизонтали	По вертикали
1. Командная спортивная дисциплина, в которой участники один за другим проходят этапы, передавая друг другу очередь перемещаться по дистанции	2. Специальный спортивный снаряд для метания
3. Участок, на котором проводятся спортивные соревнования и тренировки в циклических видах спорта	4. Бег на короткие дистанции
5. Дистанция лёгкой атлетики, представляющая собой забег на дистанцию 42 км 195 м	6. Бегун, лидирующий и задающий темп на средних и длинных беговых дистанциях
7. Короткое, но резкое увеличение физической нагрузки в спринте	8. Разновидность интервальной циклической тренировки, которая варьирует от анаэробного спринта до аэробной медленной ходьбы
9. Бегун на длинные дистанции	10. Барьер при прыжках в высоту

