



Шифр

--	--	--	--

1,2 декабря 2017 год

**Тексты заданий для муниципального этапа олимпиады
по ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

Комплект заданий для учеников 9-11 классов

Номер задания	Баллы	Номер задания	Баллы
1	1	16	1
2	1	17	2
3	1	18	2
4	1	19	2
5	1	20	2
6	1	21	2
7	1	22	2
8	1	23	3
9	1	24	3
10	1	25	3
11	1	26	3
12	1	27	3
13	1	28	4
14	1	29	4
15	1	30	4
		31	3
		Общий балл	58

Председатель жюри: _____ (_____)

Члены жюри : _____ (_____)

_____ (_____)

_____ (_____)

Уважаемый участник Олимпиады!

Вам предстоит выполнить тестовые задания.

Выполнение тестовых заданий целесообразно организовать следующим образом:

- не спеша, внимательно прочитайте тестовое задание;
- определите, какой из предложенных вариантов ответа наиболее верный и полный;
- обведите кружком букву, соответствующую выбранному Вами ответу;
- продолжайте таким образом работу до завершения выполнения тестовых заданий;
- после выполнения всех предложенных заданий еще раз удостоверьтесь в правильности выбранных Вами ответов;
- если потребуется корректировка выбранного Вами варианта ответа, то неправильный вариант ответа зачеркните крестиком, а новый выбранный ответ обведите кружком.
- На вопросы в открытой форме Вы должны разборчиво вписать слово (словосочетание) в бланк ответов.
- На вопросы по сопоставлению Вы должны цифру из левого столбца таблицы соотнести с буквой из второго столбца.

Предупреждаем Вас, что:

- при оценке тестовых заданий, где необходимо определить один *правильный ответ*, 0 баллов выставляется как за неверный ответ, а также, если участником отмечены несколько ответов (в том числе правильный), или все ответы;

Задание теоретического тура считается выполненным, если Вы вовремя сдаете его членам жюри.

Максимальная оценка – 58 баллов.

Время на выполнение заданий - 45 минут

Желаем вам успеха!

Теоретический тур

1. Министром спорта Российской Федерации в настоящее время является ...

- а) Мутко Виталий Леонтьевич
- б) Колобов Павел Анатольевич
- в) Рапопорт Леонид Аронович
- г) Слуцкий Леонид Викторович.

2. Физическая подготовленность является результатом ...:

- а) физической работоспособности
- б) физической подготовки
- в) физического развития
- г) физического здоровья.

3. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами во Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе ГТО для IV и V ступеней является ...

- а) обязательным тестом
- б) тестом по выбору
- в) региональным тестом
- г) муниципальным тестом.

4. Технику бега на короткие дистанции можно условно разбить на ... фаз(ы)

- а) две
- б) три
- в) четыре
- г) пять

5. Команда игроков при игре в хоккей с шайбой состоит из ...:

- а) вратаря, двух нападающих, трёх защитников
- б) вратаря, двух нападающих, двух защитников
- в) вратаря, трёх нападающих, двух защитников
- г) вратаря, трёх нападающих, трёх защитников.

6. Упражнение сгибание и разгибание рук в упоре лёжа является тестом на физическое качество ...:

- а) сила
- б) силовая выносливость
- в) быстрота
- г) силовая ловкость.

7. Оптимальный диапазон физической нагрузки находится в пределах частоты сердечных сокращений:

- а) 120-150 уд./мин.
- б) 100-140 уд./мин.
- в) 140-180 уд./мин.
- г) 130-170 уд./мин.

8. Испытание Комплекса ГТО «Туристический поход с проверкой туристических навыков» для IV и V ступеней проводится на дистанцию ...

- а) 5 километров
- б) 8 километров
- в) 10 километров
- г) 15 километров.

9. Режим работы мышцы, когда при напряжении мышца укорачивается, называется ...:

- а) преодолевающим
- б) изометрическим
- в) уступающим
- г) динамическим.

10. В клиностатической пробе большее замедление частоты сердечных сокращений является признаком ...:

- а) перетренированности
- б) недостаточной тренированности
- в) тренированности
- г) лабильности нервной системы.

11. Проба Генчи (задержка дыхания на выдохе) является показателем ...:

- а) физического развития
- б) физической подготовленности
- в) функционального состояния
- г) биологического возраста.

12. В Олимпийские водные виды спорта входят:

- а) водное поло
- б) плавание
- в) прыжки в воду
- г) синхронное плавание

перечислите все правильные ответы

13. По признаку физиологических зон мощности различают упражнения:

- а) низкой мощности
- б) умеренной мощности
- в) большой мощности
- г) субмаксимальной мощности
- д) максимальной мощности.

перечислите все правильные ответы

14. К соблюдению правил техники безопасности при физкультурных занятиях относятся требования:

- а) уступать лыжню при обгоне
- б) не играть на скользком полу
- в) не бить по мячу кулаком
- г) следить за признаками обморожений.

перечислите все правильные ответы

15. Физическое воспитание состоит из

- а) физической подготовки
- б) физического развития
- в) физического совершенства
- г) физической культуры.

перечислите все правильные ответы

16. Систему подготовки спортсмена составляют блоки:

- а) система отбора
- б) система спортивной ориентации
- в) система спортивной тренировки
- г) система соревнований

перечислите все правильные ответы

17. Завершите утверждение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.

В волейболе блокирование, выполненное одним игроком, называется

18. Завершите утверждение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.

Тренировка на велотренажёре под музыку и видеосопровождение называется

19. Завершите утверждение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.

Взаимодействие навыков, при котором имеющийся навык ускоряет формирование нового навыка, называют переносом.

20. Завершите утверждение, вписав соответствующее слово (словосочетание) в бланк ответов.

Вид спорта или спортивная дисциплина, включающая в себя соревнования в нескольких дисциплинах одного или разных видов спорта называется ...

21. Завершите утверждение, вписав соответствующее слово (словосочетание) в бланк ответов.

Преобладание у человека хорошего настроения, его уверенности в своём будущем, положительный настрой в преодолении трудностей и неблагоприятных ситуаций называется ...

22. Завершите утверждение, вписав соответствующее слово (словосочетание) в бланк ответов.

Способность человека рационально и быстро осваивать новое двигательное действие, успешно решать двигательные задачи в изменяющихся условиях называется ...

23. Перечислите, типичные признаки урочной формы физического воспитания:

24. Перечислите двигательные действия, используемые при игре в футбол:

25. Перечислите виды туризма по способу передвижения: ...

26. Перечислите показатели функциональной подготовленности человека:
.....

27. Перечислите, что характеризует физическую культуру личности:

28. В бланке ответов укажите соответствие вида спорта и страны, в которой он появился:

1. Конкур	А. Англия
2. Маунтинбайк	Б. Франция
3. Настольный теннис	В. США
4. Шахматы	Г. Индия

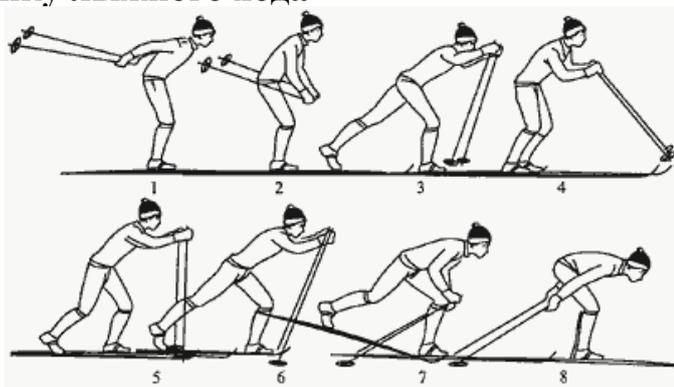
29. В бланке ответов укажите соответствие вида спорта и количества игроков в команде:

1. Водное поло	А. 15
2. Гандбол	Б. 5
3. Регби	В. 6
4. Пляжный футбол	Г. 7

30. В бланке ответов укажите соответствие вида спорта и олимпийского чемпиона по этому виду:

1. Бокс	А. Максим Маринин
2. Лёгкая атлетика	Б. Александр Попов
3. Плавание	В. Мария Савинова
4. Фигурное катание	Г. Александр Поветкин

31. Назовите технику лыжного хода



Вы выполнили задание.

Поздравляем!

БЛАНК ОТВЕТОВ

Шифр _____

Контрольные вопросы по инструкции к тесту:

1 а б в г

2 а б в г

Задания в закрытой форме

№ вопроса	Варианты ответов				№ вопроса	Варианты ответов			
1	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	10	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
2	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	11	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
3	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	12	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
4	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	13	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г <input type="checkbox"/> д
5	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	14	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
6	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	15	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
7	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	16	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
8	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г					
9	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г					

Задания в открытой форме

17. _____ 20. _____

18. _____ 21. _____

19. _____ 22. _____

Задания, связанные с перечислением

23.

24.

25.

26.

27.

Задания «на соответствие»

Укажите стрелками соответствие

Укажите соответствие цифрам из левого столбца букв из правого столбца

28

29

30

Графическое задание

31.

Оценка (сумма набранных баллов) _____

Подписи жюри