

Всероссийская олимпиада школьников по предмету «Физическая культура». Муниципальный этап
2019–2020 уч. год
9-11 классы

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

Задания объединены в 4 группы:

I. Задания с выбором одного правильного ответа. При выполнении этих заданий необходимо выбрать единственно правильный вариант из предложенных. Среди вариантов могут встретиться частично правильные, не подходящие в качестве ответа. Выбранный вариант отмечается зачеркиванием соответствующего квадрата в бланке работы: «а», «б», «в» или «г».

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте незнакомые задания. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 1 балл.

II. Задания, в которых необходимо завершить высказывание. При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать недостающие слова, чтобы получилось верное утверждение. Подобранные слова вписывайте в соответствующую графу бланка работы.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2 балла.

III. Задание на перечисление. Каждая правильная позиция оценивается в 1 балл.

IV. Задание на установление соответствия между понятиями. Полноценно выполненные задания этой группы оцениваются в 4 балла.

Контролируйте время выполнения задания. Полноценное выполнение третьей группы заданий может потребовать больше времени.

Время выполнения всех заданий – 45 минут.

Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов. Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ.

Желаем успеха!

I. Задания с выбором одного/нескольких правильного ответов.

1. В соответствии с Олимпийской Хартией спортсмены на Олимпийских играх должны представлять При невозможности выступить за они могут быть допущены под нейтральным (Олимпийским) флагом.

- а) сборную команду своей страны
- в) себя лично или свой клуб
- б) Национальный олимпийский комитет своей страны
- г) Федерацию по виду спорта своей страны

2. Самыми первыми Олимпийскими играми на территории России принято считать ...

- а) Первую Всероссийскую Олимпиаду 1913 года в Киеве
- б) XXII Олимпийские игры 1980 года в Москве
- в) Юношескую Олимпиаду 1996 года в Москве
- г) XXII Зимние Олимпийские игры 2014 года в Сочи

3. Известные древнегреческие ученые и философы Пифагор, Аристотель, Платон, Гиппократ ...

- а) были яркими противниками Олимпийских игр
- в) всячески поддерживали проведение Олимпийских игр
- б) принимали участие в Олимпийских играх
- г) в разные годы побеждали на Олимпийских играх

4. Эстафета Олимпийского огня впервые проводилась

- а) на 292-й античной Олимпиаде
- в) на 1-й Олимпиаде в Афинах в 1996 г.
- б) на IX Олимпиаде 1928 в Амстердаме
- г) На XI Олимпиаде 1936 в Берлине

5. Данный вид прыжков используется исключительно как средство тренировки

- а) прыжок в длину с места
- в) прыжок в высоту с места
- б) тройной прыжок с места
- г) прыжок в глубину

6. В гимнастике выполняется в начале комбинаций на некоторых снарядах и в опорном прыжке

- а) соскок
- в) наскок
- б) подскок
- г) прискок

**7. При планировании и анализе тренировочных нагрузок учитываются
Отметьте все позиции**

- а) объем (количество выполненных упражнений)
- б) интенсивность нагрузки
- в) специфичность (соответствие спортивной специализации)
- г) особенности энергообеспечения работы

8. Как называется формат проведения велогонки на местности, где заранее оговаривается не длина дистанции, а только время прохождения гонки лидером?

- а) велокросс
- б) велокритериум
- в) кросс-кантри
- г) вело-триал

9. Понятие «физическая подготовленность» - это

- а) комплексная оценка таких показателей, как рост, вес, жизненная ёмкость лёгких, динамометрия...
- б) процесс изменения морфофункциональных свойств организма при регулярностью занятий физической культурой и спортом
- в) уровень развития физических качеств, обусловленный наследственностью и регулярностью занятий физической культурой и спортом
- г) размеры мускулатуры, форма тела, функциональные возможности дыхания и кровообращения, физическая работоспособность

10. Рациональная последовательность освоения двигательных действий в физической культуре это -

- а) разучивание, совершенствование, закрепление и контроль освоения
- б) ознакомление, разучивание, совершенствование, закрепление и контроль освоения
- в) изучение, закрепление, совершенствование и тестирование
- г) разучивание, совершенствование и контроль освоения

11. В этих спортивных играх при нарушении правил назначается штрафной удар (пенальти) и свободный удар (отметить все позиции)

- а) хоккей
- б) футбол
- в) футзал
- г) пляжный футбол

12. Какое из представленных утверждений не соответствует действительности?

- а) утренняя гигиеническая гимнастика – это дополнительная тренировка;
- б) основная задача утренней гигиенической гимнастики – оптимизации работоспособности организма;
- в) утренняя гигиеническая гимнастика эффективней при использовании естественных свойств природы и гигиенических факторов;
- г) все представленные утверждения соответствуют действительности.

13. Прыжок в длину с места не применяется для оценки

- а) максимальной силы
- б) взрывной силы
- в) скоростно-силовых качеств
- г) быстроты

14. Первый олимпийским чемпионом из курских спортсменов считается

- а) велосипедист Валерий Чаплыгин
- в) боксер Александр Поветкин
- б) дзюдоист Николай Солодухин
- г) фехтовальщица Евгения Ламонова

15. Причиной признания допингом в спорте считается то, что вещество или метод ...

- а) повышает спортивные возможности спортсмена
- в) негативно влияет на здоровье спортсмена
- б) скрывает применение других запрещенных препаратов или методов
- г) все утверждения верны

16. Для оценки основных физических качеств не применяется

- а) бег на 30 м
- б) метание мяча
- в) бег на 2000/3000 м
- г) наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье

17. Какое/какие из утверждений сформулировано/ы некорректно?

- а) Спортивная подготовка – это сочетание тренировочных нагрузок и отдыха.
- б) Спортивная подготовка – неотъемлемая часть физической культуры.
- в) Спорт – это соревновательная деятельность и подготовка к ней.
- г) Спортивная тренировка – это сочетание соревнований, тренировок и отдыха.

II. Задания, в которых необходимо завершить/дополнить высказывание.

18. Для освоения сложных двигательных действий в физической культуре и спорте применяются _____ упражнения.

19. Элементарные проявления быстроты – это _____, _____ и _____.

20. В мощный бросок в хоккее с использованием упругих свойств крюка клюшки называется _____.

21. Малоинтенсивная двигательная деятельность спортсмена после мощной соревновательной или тренировочной работы называется _____.

III. Задания на перечисление

22. Впишите в бланк ответа основные группы (типы) упражнений для развития гибкости

IV. Задания на выбор соответствий

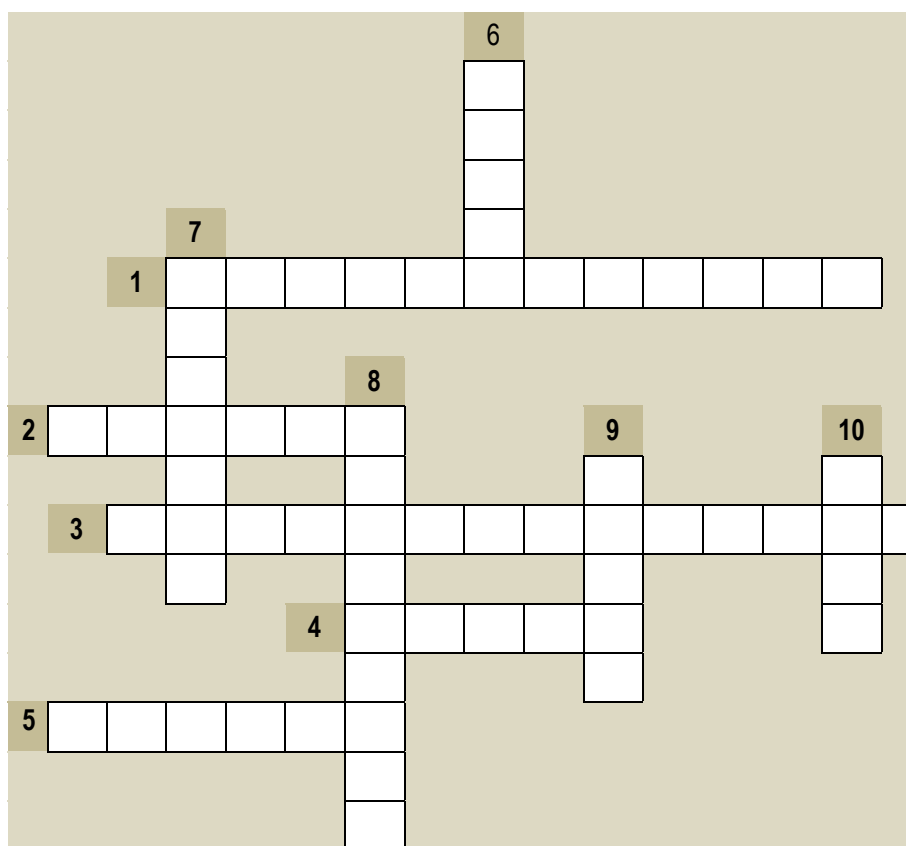
23. Установите соответствия между видами спорта и ведущими двигательными качествами

Вид спорта	Качество
1. Прыжки в воду	а. Максимальная сила
2. Пауэрлифтинг	б. Взрывная сила
3. Тяжелая атлетика	в. Силовая выносливость
4. Гиревой спорт	г. Ловкость

24. Распределите инвентарь по соответствующим специализациям легкой атлетике. Учитывайте то, что некоторые виды инвентаря применяются в разных видах, а некоторые – только в одном и Вам необходимо найти соответствия без повторов.

Вид спорта	Инвентарь
а) бег с препятствиями	1. шиповки
б) метание	2. кроссовки
в) спринтерский бег	3. планка
г) спортивная ходьба	4. молот
д) бег с барьерами	5. яма с водой
е) прыжки с шестом	6. колодки

25. Задание-кроссворд



По горизонтали

1. Изменение расположения занимающихся в строю по команде
2. Атакующее действие в хоккее, баскетболе или борьбе
3. Важная часть тренировочного процесса, обеспечивающая оптимальное состояние к следующему занятию
4. Тяжелый снаряд для метания
5. Бегун на длинные дистанции

По вертикали

6. Финишный рывок
7. Основная группа гонщиков в велоспорте или других групповых гонках
8. Парусное или гребное судно с двойным корпусом
9. Предельное количество участников от команды на

турнире

10. Физическое качество

Ответы на все задания записывать в бланке ответов

Всероссийская олимпиада школьников по предмету «Физическая культура»
муниципальный этап 2019–2020 уч. год
9-11 классы

ФИО. _____
Школа _____ Класс _____

БЛАНК ОТВЕТОВ

I. Задания с выбором ответов

№ вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				

№ вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				

Задания, в которых необходимо завершить высказывание.

№ вопроса	Ответ
18	
19	
20	
21	

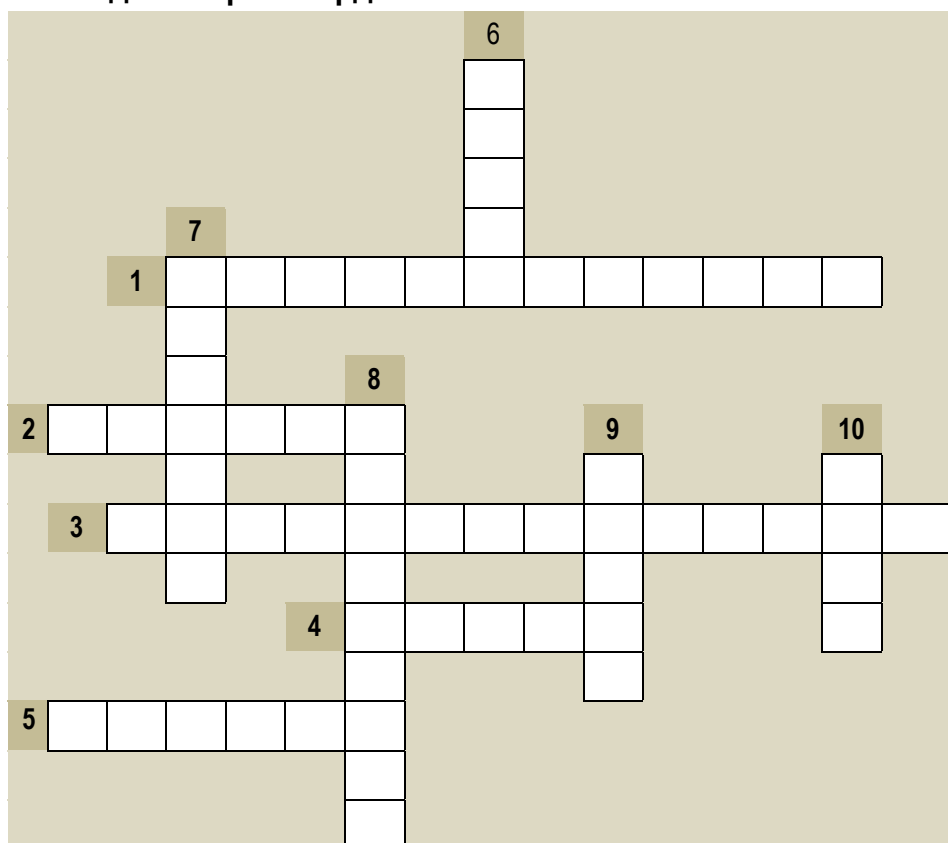
Задания на перечисление

22. _____

Задание на установление соответствия.

№ вопроса	Ответ					
	1	2	3	4		
23						
24	а	б	в	г	д	е

25. Задание-кроссворд



Оценка (слагаемые и сумма)

Подписи жюри