

## **Физическая культура, муниципальный этап**

### **Методические рекомендации по организации и проведению**

Все виды испытаний должны проходить отдельно среди обучающихся разного пола и в следующих двух возрастных группах:

1 группа – 7-8 классы (юноши, девушки);

2 группа – 9-11 классы (юноши, девушки).

Количество испытаний равно четырем: теоретико-методический тур, акробатическая комбинация (7-8, 9-11 классы), элементы волейбола (7-8 класс), комбинированное упражнение из волейбольных и баскетбольных элементов (9-11 класс), челночный бег (7-8, 9-11 классы).

**Теоретико-методический тур** должен проводиться во всех возрастных группах по тестовым вопросам, разработанным региональной предметно-методической комиссией, и является обязательным испытанием муниципального этапа. Теоретико-методическая часть испытания заключается в решении заданий в тестовой форме. Тематика заданий соответствует требованиям к уровню знаний обучающихся соответствующих классов и выпускников основной и средней (полной) школы по образовательному предмету «Физическая культура» углубленного уровня.

Продолжительность теоретико-методического тура для всех возрастных групп – **45 минут**.

## **Материально-техническое обеспечение практического тура**

### ***Акробатика:***

- акробатическая дорожка не менее 12 м в длину и 1,5 м в ширину, вокруг которой должна быть зона безопасности шириной не менее 1,5 м, полностью свободная от посторонних предметов.

### **Спортивные игры**

#### ***Волейбол:***

- площадка со специальной разметкой для игры в волейбол (высота сетки – 2,43 м для юношей и 2,24 м для девушек);
- гимнастический обруч – 6 шт.;
- волейбольный мяч – 6 шт.

#### ***Баскетбол:***

- площадка со специальной разметкой для игры в баскетбол;
- фишки (конусы) – 5 шт.;
- волейбольный мяч – 3 шт.;
- баскетбольный мяч – 4 шт.;
- секундомер.

#### ***Челночный бег:***

- беговая дорожка длиной 18 м шириной 1,25 м;
- пластмассовый кубик – 6 шт.,
- секундомер.

## Подведение итогов

**Каждое из проводимых испытаний оценивается в 25 баллов, т.о. сумма баллов по всем четырем испытаниям составляет 100 баллов.**

Итоги каждого испытания оцениваются по формулам:

$$X_i = \frac{25 \cdot N_i}{M} \quad (1)$$

$$X_i = \frac{25 \cdot M}{N_i} \quad (2)$$

где  $X_i$  – «зачетный» балл  $i$ -го участника;

$N_i$  – результат  $i$ -го участника в конкретном задании;

$M$  – максимально возможный (для теоретико-методического тура, акробатики и волейбола) или лучший (для баскетбола и челночного бега) результат в задании.

«Зачетные» баллы по теоретико-методическому туру, акробатике и волейболу рассчитываются по формуле (1). Например, результат участника в теоретико-методическом туре составил 23 балла ( $N_i = 23$ ) из 37 максимально возможных ( $M = 37$  для 7-8 классов,  $M = 48$  для 9-11 классов). Подставляем в формулу (1) значения  $N_i$  и  $M$  и получаем «зачетный» балл:

$$X_i = (25 \cdot 23) / 37 = 15,54 \text{ балла. Округление происходит до } 0,01 \text{ балла.}$$

Расчет «зачетных» баллов участника в баскетболе и челночном беге производится по формуле (2), так как лучший результат в этих испытаниях в абсолютном значении меньше результата любого другого участника. Например, при  $N_i = 53,7$  сек (личный результат участника) и  $M = 44,1$  сек (наилучший результат из показанных в испытании) получаем:  $25 \cdot 44,1 / 53,7 = 20,53$  балла. Для определения лучших участников в каждом конкурсном испытании результаты ранжируются.

## **Определение победителей и призеров муниципального этапа**

Итоги олимпиады должны определяться отдельно среди девушек и юношей в каждой возрастной категории (7-8 классы и 9-11 классы).

Победители и призеры муниципального этапа всероссийской олимпиады школьников по физической культуре должны определяться по результатам набранных баллов за выполнение всех видов заданий на всех турах.

Участник, набравший наибольшую сумму баллов по итогам всех испытаний, является победителем. В случае равных результатов у нескольких участников, победителями признаются все участники, набравшие одинаковое количество баллов. При определении победителей и призеров участники, набравшие равное количество баллов, ранжируются в алфавитном порядке.

Окончательные результаты участников фиксируются в итоговой таблице, представляющей собой ранжированный список участников, расположенных по мере убывания набранных ими баллов. Участники с одинаковыми баллами располагаются в алфавитном порядке.

**Физическая культура, 7 – 8 классы, муниципальный этап**  
**Теоретико-методический тур**  
**Время выполнения – 45 минут.**

**Инструкция по выполнению заданий**

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к уровню знаний обучающихся общеобразовательных учреждений по предмету «Физическая культура». Задания состоят из **блоков А, Б и В.**

**Блок А:**

Правильное решение **задания в закрытой форме** с выбором одного правильного ответа оценивается в 1 балл, неправильное – 0 баллов.

Правильное решение всего **задания с выбором нескольких правильных ответов** оценивается в 1 балл, при этом каждый правильный ответ оценивается в 0,25 балла, а каждый неправильный – минус 0,25 балла.

**Блок Б:**

Правильное решение **задания в открытой форме**, в которых правильный ответ надо дописать, оценивается в 2 балла.

**Блок В:**

В **заданиях на соответствие** двух столбцов каждый правильный ответ оценивается в 1 балл, а каждый неправильный – минус 1 балл.

Контролируйте время выполнения задания. Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов. **Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ!**

**Желаем удачи!**

**Блок А.**

- 1. Основным отличительным признаком двигательного навыка является:**
  - А) неустойчивость к действию сбивающих факторов (встречный ветер, шум на трибунах стадиона и т.д.),
  - Б) постоянная сосредоточенность внимания на основе техники выполнения двигательного действия,
  - В) сосредоточенность внимания на деталях техники выполнения двигательного действия,
  - Г) автоматизированное выполнение двигательного действия.
  
- 2. Какие виды легкой атлетики были представлены на I ОИ в Древней Греции?**
  - А) только бег,
  - Б) бег и метания,
  - В) бег, прыжки и метания,
  - Г) бег и прыжки.
  
- 3. Впервые в истории человечества Олимпийские игры состоялись:**
  - А) в V в. до н.э.;
  - Б) в 776 г. до н.э.;
  - В) в I в. н.э.;
  - Г) в 394 г. н.э.
  
- 4. Распределите страны по возрастанию числа золотых медалей, завоеванных на Олимпийских играх 2016 г. в Рио:**
  - А) Россия, Китай, США, Великобритания,
  - Б) Китай, США, Россия, Великобритания,
  - В) США, Китай, Великобритания, Россия,
  - Г) США, Великобритания, Китай, Россия.
  
- 5. Как зовут талисманов Олимпийских игр в Рио-де-Жанейро:**
  - А) Винтик и Шпунтик,
  - Б) Том и Джерри,
  - В) Винисиус и Том,
  - Г) Фивос и Афина.
  
- 6. В период обучения в общеобразовательных школах физическое воспитание осуществляется в форме:**
  - А) обязательных уроков физической культуры,
  - Б) внеклассных занятий,
  - В) занятий в системе дополнительного образования,
  - Г) прогулок и дискотек.

*Отметьте все позиции*
  
- 7. Какая из перечисленных фраз сформулирована некорректно?**
  - А) спорт – это соревновательная деятельность,
  - Б) спорт – это неотъемлемая часть физической культуры,
  - В) спорт – это соревновательная деятельность и подготовка к ней,
  - Г) спорт – соблюдение определенных правил поведения.

- 8. Какова длина дистанции в легкоатлетическом стипль-чезе?**  
А) 1000 м,  
Б) 3000 м,  
В) 5000 м,  
Г) 10000 м.
- 9. Время, отводимое команде на атаку кольца в баскетболе:**  
А) 5 с,  
Б) 8 с,  
В) 14 с,  
Г) 24 с.
- 10. Чем отличается кроссовый бег от стайерского бега?**  
А) местом проведения,  
Б) скоростью бега,  
В) техникой бега,  
Г) постановкой стопы.
- 11. Оздоровительный эффект физического воспитания достигается на основе...**  
А) формирования двигательных умений и навыков,  
Б) совершенствования телосложения,  
В) обеспечения полноценного физического развития,  
Г) закаливания и физиотерапевтических процедур.
- 12. Максимальное количество фолов, которое может получить баскетболист, для продолжения участия в игре?**  
А) два,  
Б) четыре,  
В) пять,  
Г) десять.
- 13. Какой рукой нужно вести мяч по отношению к противнику:**  
А) правой,  
Б) левой,  
В) дальней,  
Г) ближней.
- 14. Под гибкостью как физическим качеством понимают:**  
А) свойства опорно-двигательного аппарата человека, определяющие глубину наклона,  
Б) способность выполнять движения с большой амплитудой за счёт мышечных усилий,  
В) комплекс физических свойств двигательного аппарата, определяющий подвижность его звеньев,  
Г) способность человека выполнять шпагат в течение продолжительного времени.
- 15. Игрок какой зоны в волейболе вводит мяч в игру?**  
А) первой,  
Б) второй,  
В) шестой,  
Г) не имеет значения.

**16. Начальный удар в волейболе, вводящий мяч в игру называется:**

- А) бросок,
- Б) подача,
- В) передача,
- Г) прием.

**17. Укажите, кто является основоположником системы физического воспитания, основу которой составило «Гармоническое, всестороннее развитие деятельности человеческого организма»:**

- А) Константин Дмитриевич Ушинский,
- Б) Лев Павлович Матвеев,
- В) Петр Францевич Лесгафт,
- Г) Александр Дмитриевич Новиков.

**18. К какому виду спорта относится понятие персьют, или пасьют (от англ. pursuit):**

- А) легкая атлетика,
- Б) конный спорт,
- В) плавание,
- Г) биатлон.

**19. «Пенальти» в футболе называется...**

- А) шестиметровый,
- Б) семиметровый,
- В) девятиметровый,
- Г) одиннадцатиметровый.

**20. В формировании правильной осанки основную роль играют:**

- А) соблюдение правил личной гигиены и занятия физической культурой,
- Б) образ жизни и питание,
- В) позвоночник и мышцы окружающие его,
- Г) родители и друзья.

**Блок Б.**

**21.** Двигательное действие, с помощью которого развиваются физические качества, укрепляется здоровье и повышается работоспособность человека, называется .....

**22.** Положение занимающегося, при котором его плечи выше точек опоры в гимнастике обозначается как .....

**23.** Главными словами знаменитой «Оды спорту» Пьера де Кубертена являются:.....



**Блок В.**

**24. Установите соответствие между видом спорта и инвентарем:**

<b>Инвентарь</b>	<b>Вид спорта</b>
1. Дротик	А. Хоккей
2. Мяч	Б. Футбол
3. Волан	В. Бадминтон
4. Шар	Г. Керлинг
5. Камень	Д. Дартс
6. Шайба	Е. Боулинг

**25. Определите соответствие размеров игрового поля и видов спорта:**

<b>Инвентарь</b>	<b>Вид спорта</b>
1. 13,4×5,18 м	А. Бадминтон
2. 18×9 м	Б. Баскетбол
3. 23,77×10,97 м	В. Волейбол
4. 28×15 м	Г. Гандбол
5. 40×20 м	Д. Теннис
	Е. Хоккей с шайбой

**Вы закончили выполнение задания.  
Поздравляем!**