

Физическая культура, 9 – 11 классы, муниципальный этап
Теоретико-методический тур
Время выполнения – 45 минут
Максимальное количество баллов – 57

Инструкция по выполнению заданий

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к уровню знаний обучающихся общеобразовательных учреждений по предмету «Физическая культура». Задания для 9 – 11 классов состоят из **блоков А, Б, В, Г, Д, Е и Ж**.

Блок А:

Правильное решение каждого 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 каждого 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.

Блок Г:

Правильное решение каждого задания процессуального или алгоритмического толка оценивается в 1 балл, неправильное решение – 0 баллов.

Блок Д:

Полноценное выполнение каждого задания, связанного с перечислениями или описаниями, оценивается в 3 балла, при этом каждая верная позиция оценивается в 0,5 балла (квалифицированная оценка).

Блок Е:

Полноценное выполнение задания, связанного с графическими изображениями физических упражнений, оценивается в 3 балла, при этом каждое верное изображение оценивается в 0,6 балла.

Блок Ж:

Полноценное выполнение задания-кроссворда оценивается в 12 баллов, при этом каждый правильный ответ оценивается в 2 балла, неправильный ответ – 0 баллов.

Максимальное количество баллов, которое возможно набрать участнику в теоретико-методическом задании, формируется из суммы максимально возможных баллов по каждому типу заданий в тестовой форме.

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

Желаем удачи!

Блок А. Задания в закрытой форме, то есть с предложенными вариантами ответов.

1. **Длина зоны передачи эстафетной палочки составляет:**
 - А) 10 метров,
 - Б) 15 метров,
 - В) 20 метров,
 - Г) 30 метров.

2. **Блокирование нападающего удара соперников в волейболе может выполняться:**
 - А) одним игроком первой линии,
 - Б) двумя игроками первой линии,
 - В) тремя игроками первой линии,
 - Г) любым игроком, находящимся ближе к мячу.

Отметьте все позиции.

3. **Первым приемом поворотов на лыжах, осваиваемым на уроках физической культуры в общеобразовательной школе, является:**
 - А) перешагивание,
 - Б) переступание,
 - В) перепрыгивание,
 - Г) переходение.

4. **Торможение при спуске с горы в беге на лыжах осуществляется приемом, обозначаемым как:**
 - А) елочка,
 - Б) лесенка,
 - В) борона,
 - Г) плуг.

5. **Правила волейбола позволяют в каждой партии (сете) взять тайм-аут (перерыв):**
 - А) один раз,
 - Б) два раза,
 - В) три раза,
 - Г) четыре раза.

6. **Время, отводимое команде на преодоление тыловой зоны в баскетболе:**
 - А) 5 с,
 - Б) 8 с,
 - В) 14 с,
 - Г) 24 с.

7. **С какого технического элемента начинают обучение в волейбол?**
 - А) нападающий удар,
 - Б) передача снизу двумя руками,
 - В) стойки и перемещение,
 - Г) верхняя прямая подача.

8. **Игроков с каким амплуа нет в хоккее?**
 - А) защитник,
 - Б) полузащитник;
 - В) нападающий,
 - Г) вратарь.

- 9. В какой момент движения происходит мах руками в прыжке в длину с места?**
- А) перед отталкиванием,
 - Б) во время отталкивания,
 - В) после отталкивания,
 - Г) во время полета.
- 10. Какой из видов спорта относится к единоборствам?**
- А) хоккей,
 - Б) самбо,
 - В) биатлон,
 - Г) регби.
- 11. В гандболе игра начинается со свистка судьи, после которого следует:**
- А) вбрасывание мяча от центральной линии,
 - Б) бросок мяча в сторону ворот соперников,
 - В) вбрасывание мяча в любом направлении,
 - Г) вбрасывание мяча вратарем.
- 12. Число участников Чемпионата мира по футболу 2018 составляет:**
- А) 16,
 - Б) 24,
 - В) 32,
 - Г) 36.
- 13. Какое правило соревнований игры по футболу правильное:**
- А) продолжительность игры – 90 минут,
 - Б) неограниченное количество замен,
 - В) замена игрока, получившего красную карточку,
 - Г) замена игрока, получившего 2-е желтых карточки.
- 14. Назовите правильное положение ног при выполнении отталкивания при прямом нападающем ударе в волейболе:**
- А) стопы параллельны, ноги прямые,
 - Б) стопы параллельны, ноги слегка согнуты в коленях,
 - В) одна стопа впереди, ноги слегка согнуты в коленях,
 - Г) одна нога впереди, ноги прямые.
- 15. На что направлена профессионально-прикладная физическая культура?**
- А) на подготовку к жизни,
 - Б) на подготовку к соревнованиям,
 - В) на подготовку к трудовой деятельности,
 - Г) на подготовку к обучению в ВУЗе.
- 16. Как называется изгиб позвоночника вперед в поясничном отделе?**
- А) лордоз,
 - Б) кифоз,
 - В) остеопороз,
 - Г) хондроз.

17. В какой последовательности происходит формирование двигательного навыка и умения?

- А) умение параллельно с навыком,
- Б) формируется либо умение, либо навык,
- В) навык переходит в умение,
- Г) умение переходит в навык.

18. Как выполняется наскок на мостик в опорных прыжках в гимнастике:

- А) с одной ноги на две,
- Б) с двух ног на одну,
- В) с двух ног на две,
- Г) с одной ноги на одну.

Блок Б. Задания в открытой форме.

19. Зимние Олимпийские игры состоятся в городе

20. Расшифруйте сложносокращенное слово «ВАДА».

21. Предпоследний шаг в метании мяча, гранаты, копья называется

22. Верховая езда с преодолением препятствий называется

Блок В. Задания на соотнесение понятий и определений.

23. Установите соответствие между классификацией физических упражнений и их признаками:

Признак	Классификация
1. По признаку целевой направленности	А. упражнения для мышц ног, рук, туловища
2. По анатомическому признаку	Б. силовые упражнения, скоростно-силовые упражнения, скоростные упражнения
3. По структуре движений	В. общеподготовительные упражнения, специально-подготовительные, соревновательные упражнения
4. По преимущественному проявлению отдельных физических качеств	Г. циклические, ациклические, смешанные упражнения

24. Сопоставьте имена Олимпийских чемпионов с видами спорта:

Спортсмен	Вид спорта
1. Елена Исинбаева	А. бег 800 м
2. Юрий Борзаковский	Б. фехтование
3. Александр Лесун	В. прыжки с шестом
4. Софья Великая	Г. современное пятиборье

Блок Г. Задания процессуального или алгоритмического толка.

25. Определите последовательность прохождения дисциплин в современном пятиборье, входящем в программу Олимпийских игр:

1. Конкур,
2. Комбайн (бег и стрельба),
3. Плавание,
4. Фехтование.

26. Выделите из перечисленных признаков двигательного действия те, которые характерны для двигательного умения:

- 1) нестабильность,
- 2) слитность,
- 3) неустойчивость,
- 4) автоматизированность,
- 5) излишние мышечные затраты,
- 6) экономичность.

- А) 1, 2, 3
Б) 1, 3, 4
В) 1, 3, 5
Г) 1, 3, 6

Блок Д. Задание в форме, предполагающей перечисление известных фактов, характеристик и тому подобного.

27. Перечислите способы преодоления дистанции в комплексном плавании.

28. Перечислите иностранные государства (кроме стран СНГ), команды которых играют в Чемпионате континентальной хоккейной лиги (КХЛ).

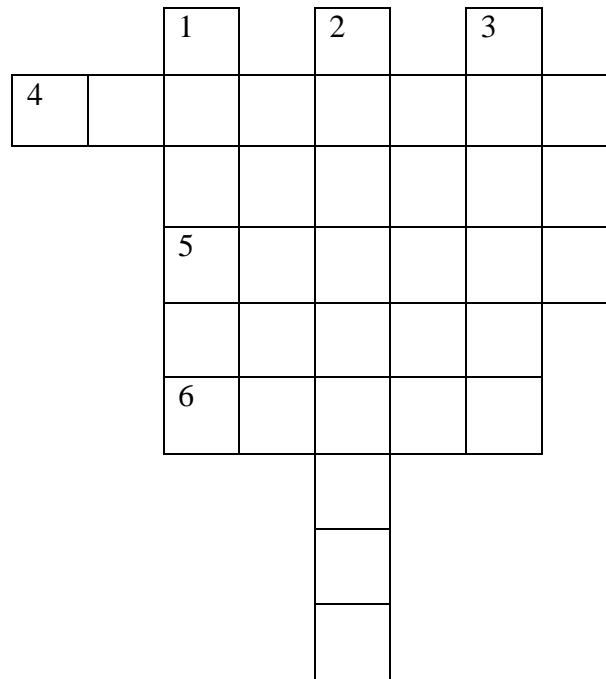
Блок Е. Задания с графическими изображениями двигательных действий.

29. В соответствии с описанием выполните графическую запись:

№ п.п.	Название и содержание упражнения
1.	Наклон вперед, руки вверх
2.	Упор лежа на согнутых руках
3.	Упор лежа сзади
4.	Упор стоя на коленях
6.	Сед углом, руки в стороны

Блок Ж. Задание-кроссворд.

30. Решите кроссворд, записав ответы-слова в бланке ответов:



По горизонтали:

4. Замкнутое овальное кольцо для соревнований по велоспорту.
5. Город проведения I зимних Олимпийских игр.
6. Лицевая сторона медали.

По вертикали:

1. «Орудие» хоккеиста.
2. Состояние временного снижения работоспособности организма.
3. Спортивная игра.

**Вы закончили выполнение задания.
Поздравляем!**