

**МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП
ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
2021 – 2022 учебный год
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР**

9- 11 классы

Инструкция по выполнению заданий

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

Задания объединены в 6 групп.

I. Задания в закрытой форме, т.е. с выбором правильного ответа № 1 – 21.

При выполнении заданий № 1 – 21 необходимо выбрать единственно правильный вариант ответа из предложенных. Среди вариантов могут встретиться частично правильные, не подходящие в качестве ответа. Правильным является только один – который наиболее полно соответствует смыслу утверждения. Выбранный вариант отмечается зачёркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в» или «г».

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 1 балл.

II. Задания в открытой форме, в которых необходимо вписать ответ № 22 – 26.

При выполнении этих заданий необходимо самостоятельно завершить высказывание, подобрать недостающие слова, чтобы получилось верное утверждение. Подобранные слова вписывайте в соответствующую графу бланка ответов.

Каждое правильно выполненное задание этой группы оцениваются в 2 балла.

III. Задания на сопоставление, в которых необходимо сопоставить понятия и установить правильное соответствие № 27 – 31.

Необходимо установить соответствия между позициями двух представленных списков. Цифры, обозначающие позиции одного списка, в бланке ответов добавьте к позиции другого списка, обозначенными буквами.

Каждое верное утверждение этой группы оценивается в 0,5 балла.

Каждое правильно выполненное задание этой группы оцениваются в 2 балла.

IV. Задания на перечисление № 32 – 33.

Задания этой группы предполагают перечисление известных Вам показателей, характеристик, факторов, средств, методов, правил, приёмов и тому подобного. Записи выполняются в бланке ответов и должны быть разборчивыми. Жюри оценивает каждую, представленную Вами позицию.

Каждый правильный ответ этой группы оценивается в 0,5 балла.

V. Задание – ребус № 34 – 35.

При выполнении этого задания необходимо используя иллюстрации, составить спортивные термины

Каждое правильно выполненное задание этой группы оценивается в 2 балла.

VI. Задание – задача

Каждое верно выполненное действие оценивается в 1 балл

Полноценно выполненное задание этой группы оцениваются в 5 баллов.

Время выполнения всех заданий – 45 минут!

Максимальное количество баллов – 54,5 балла!

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

Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов. Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ. **Ответы с грамматическими ошибками засчитываются как неверные.**

Желаем успеха!

I. Задания в закрытой форме, т.е. с выбором правильного ответа

1. Единственный в мире гимнаст, имеющий медали во всех оцениваемых упражнениях на одних Играх, его имя занесено в Книгу рекордов Гиннеса
 - А. Борис Шахлин
 - Б. Владимир Артемов
 - В. Валентин Муратов
 - Г. Александр Дитятин

2. С каким результатом закончила выступление женская команда по баскетболу 3х3 на XXXII Олимпийских играх
 - А. завоевали золотые медали
 - Б. завоевали серебряные медали
 - В. завоевали бронзовые медали
 - Г. остались без медалей

3. На открытии Олимпийских игр команды всегда идут в порядке алфавита страны – организатора. Исключение составляют две сборные. Одна всегда идет первой, другая последней. Что это за сборные?
 - А. первой идет команда хозяев Олимпиады, последней – Греция;
 - Б. первой идет команда Греции, последней – команда хозяев;
 - В. первой идет сборная, победившая на прошлых играх, последней – команда хозяев;
 - Г. все идут просто по алфавиту

4. Лучница Елена Осипова на XXXII Олимпийских играх в Токио завоевала серебряную медаль в личном зачете. Как долго не было такого результата?
 - А. 20 лет
 - Б. 29 лет
 - В. 15 лет
 - Г. 32 года

5. Впервые в истории СССР/России пловец из нашей страны стал абсолютным чемпионом XXXII Олимпийских игр в плавании на спине.

Кто он?

- А. Климент Колесников
- Б. Мартин Малютин
- В. Евгений Рылов
- Г. Иван Гирёв

6. Рэй Юри, Усейн Болт, Калев Дрессил, Светлана Ромашина. Что объединяет этих спортсменов? Они:

- А. победители четырех Олимпиад подряд в своих видах
- Б. первые олимпийские чемпионы в своих видах
- В. обладатели не менее только 7 золотых медалей
- Г. спортсмены по плаванию

7. Виктор Сидяк, Аладар Геревич, Ирен Вюст, Биргит Фишер. Что объединяет этих спортсменов? Они:

- А. первые олимпийские чемпионы в своих видах
- Б. спортсмены одной страны
- В. победители четырёх Олимпиад подряд в своих видах
- Г. спортсмены по фехтованию

8. Как звучит девиз XXXII Олимпийских игр

- А. «Быстрее, выше, сильнее!»
- Б. «Главное не победа, а участие!»
- В. «Быстрее, выше, сильнее – вместе!»
- Г. «Жаркие. Зимние. Твои»

9. Победителей, в какой дисциплине легкой атлетики, награждают на церемонии закрытия Олимпийских игр

- А. бег 10000 метров
- Б. ходьба на 50 км
- В. марафон
- Г. десятиборье

10. Какой популярнейший игровой вид спорта впервые появился в олимпийской программе на Играх в Токио – 1964?

- А. футбол
- Б. баскетбол
- В. волейбол
- Г. теннис

11. С какого года российские спортсменки впервые не сумели победить в индивидуальном многоборье в художественной гимнастике на Олимпийских играх

А. с 2000 года

Б. с 1996 года

В. с 2004 года

Г. с 1992 года

12. Кто из спортсменов, и в каком виде спорта принес первую награду сборной России в первый медальный день Олимпиады-2020?

А. Виталина Бацарашкина, стрельба из пневматического пистолета с 10м;

Б. Анастасия Галашина, стрельба из пневматической винтовки;

В. Инна Дериглазова, фехтование, рапира

Г. Климент Колесников, плавание

13. Мышцы антагонисты выполняют:

А. одно и тоже движение

Б. согласованную работу

В. противоположные действия

Г. приведение

14. Чтобы обеспечить сокращение мышц, кровь должна приносить к ним:

А. воду, кислород и углекислый газ;

Б. кислород и глюкозу;

В. воду, глюкозу, кислород и белки;

Г. углекислый газ и воду

15. Укажите гормоны – синергисты

А. инсулин – глюкагон

Б. вазопрессин – окситоцин

В. тироксин – гормон роста

Г. адреналин – норадреналин

16. Что из представленного не является отличительным признаком предмета физической культуры?
- А. знания, принципы, правила и методика использования упражнений;
 - Б. виды гимнастики, спорта, игр, разновидности комплексов упражнений;
 - В. обеспечение безопасности жизнедеятельности;
 - Г. положительные изменения в физическом состоянии человека
17. Базовая физическая культура преимущественно ориентирована на обеспечение ...
- А. развития резервных возможностей организма человека;
 - Б. физической подготовленности человека к жизни;
 - В. сохранения и восстановления здоровья;
 - Г. подготовки к профессиональной деятельности
18. С какого года в России физическое воспитание становится обязательным предметом в школе по 2 часа в неделю
- А. с 1970 года
 - Б. с 1940 года
 - В. с 1920 года
 - Г. с 2010 года
19. Разность между средним временем преодоления эталонного отрезка при прохождении всей дистанции и лучшим временем на этом отрезке называют
- А. индекс скорости
 - Б. запас скорости
 - В. абсолютный показатель выносливости
 - Г. коэффициент выносливости
20. Педагогический процесс, направленный на достижение эффективного применения технических приемов в сложной игровой обстановке с помощью действий, которые обеспечивают собой рациональную форму организации деятельности спортсменов в игре для достижения успеха называется.....
- А. физическая подготовка
 - Б. техническая подготовка

- В. тактическая подготовка
- Г. физическое воспитание

21. Одной из образовательных задач системы физического воспитания школьников является...

- А. формирование осознанного отношения к собственному физическому совершенствованию.
- Б. овладение системой знаний, двигательными умениями и навыками.
- В. многолетнее сохранение высокого уровня работоспособности;
- Г. формирование свойств личности, обуславливающих ее физкультурно-спортивную активность.

II. Задания в открытой форме, в которых необходимо вписать ответ.

22. Первая олимпийская чемпионка по биатлону, неоднократная олимпийская чемпионка по лыжным гонкам, единственная в мире обладательница золотых олимпийских наград в двух разных видах спорта, советская и российская спортсменка

23. Какого легендарного хоккеиста, участника канадской серии игр, 3-х кратного олимпийского чемпиона, называют Як-15 ...?

24. С каким спортивным событием связаны эти достопримечательности; Исаакиевский Собор, Колизей, Девичья башня, каналы Амстердама.....

25. Угол, задающий направление и помогающий ориентироваться на местности с одним лишь компасом называется

26. Сколько лет в 2021 году исполнилось Всероссийскому физкультурно – спортивному комплексу «Готов к труду и обороне»?

III. Задания на сопоставление понятий.

27. Сопоставьте методы физического воспитания с их предполагаемым эффектом относительно двигательных способностей

Методы	Двигательные способности
А. Электростимуляция	1. Скоростная выносливость
Б. Метод непрерывного упражнения с умеренной интенсивностью	2. Увеличение физиологического поперечника мышц
В. Метод интервального упражнения в гликолитическом режиме	3. Общая выносливость
Г. Упражнения с непредельным отягощением и предельным количеством повторений	4. Абсолютная сила

28. Сопоставьте спортивные термины и виды спорта, которым они соответствуют

Термины	Виды спорта
А. Эйфель	1. прием в тяжелой атлетике
Б. Аксель	2. фигура в синхронном плавании
В. Волна	3. прыжок в фигурном катании
Г. Рывок	4. элемент художественной гимнастики

29. Соотнесите спортсменов Подмосковья, победителей XXXII Олимпийских Игр с их видами спорта

Спортсмены	Виды спорта
А. Мария Ласицкене	1. теннис
Б. Евгений Рылов	2. борьба
В. Анастасия Павлюченкова	3. легкая атлетика
Г. Завур Угуев	4. плавание

30. Установите соответствие между именами советских легкоатлетов, добившихся выдающихся результатов на Олимпийских играх и чемпионатах мира и дисциплинах, на которых они были установлены

Спортсмены	Виды спорта
А. Галина Зыбина	1. тройной прыжок
Б. Виктор Санеев	2. толкание ядра
В. Татьяна Казанкина	3. метание молота
Г. Ромуальд Клим	4. бег 1500м

31. Сопоставьте названия видов спорта и фамилии спортсменов завоевавших не менее трёх олимпийских медалей

Виды спорта	Спортсмены
А. биатлон	1. Николай Зимятов
Б. конькобежный спорт	2. Александр Рагулин
В. хоккей	3. Александр Тихонов
Г. лыжные гонки	4. Евгений Гришин

IV. Задания на перечисление понятий.

32. Перечислите режимы работы мышц, используемые при воспитании силовых способностей

33. Перечислите разновидности силовых способностей спортсмена.

V. Решите ребус

34.



35.



VI. Решите задачу

36. Ученик А обучается в 10 классе и занимается в детско-юношеской спортивной школе самбо. Его рост 174 см, масса тела 69 кг.

Ученик Б обучается в 10 классе и занимается в детско-юношеской спортивной школе волейболом. Его рост 185 см, масса тела 57 кг.

Ученик В обучается в 11 классе и занимается в детско-юношеской спортивной школе лыжными гонками. Его рост 181 см, масса тела 62 кг.

Задание.

1. Рассчитайте весоростовой индекс ученика А, результат округлите до целых единиц. Все расчеты запишите в бланк ответа.
2. Рассчитайте весоростовой индекс ученика Б, результат округлите до целых единиц. Все расчеты запишите в бланк ответа.
3. Рассчитайте весоростовой индекс ученика В, результат округлите до целых единиц. Все расчеты запишите в бланк ответа.
4. Оцените весоростовой индекс ученика А, Б, В.