

БЛАНК ЗАДАНИЙ.

Всероссийская олимпиада школьников по предмету «Физическая культура».

Муниципальный этап 2021/2022 учебный год.

9-11 классы.

Инструкция по выполнению теоретико-методического задания.

Задания объединены в 7 групп.

I. Задания №№ 1-18 в закрытой форме с выбором одного правильного ответа из предложенных вариантов. Задания представлены в форме незавершенных утверждений, которые при завершении могут оказаться либо истинными, либо ложными. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильное завершение из предложенных вариантов. Правильным является то, которое наиболее полно соответствует смыслу утверждения.

Выбранный вариант отмечается зачеркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в» или «г», например:

1 а б в 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.

II. Задания №№ 19-23 в открытой форме, в которых необходимо завершить высказанное, то есть без предложенных вариантов ответов. При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подобранные определения разборчиво выписывайте в соответствующую графу бланка ответов.

III. Задания № 24-25 на соответствие, то есть соотнесение предложенных вариантов заданий определённым ответам. При выполнении задания необходимо установить соответствие между правилами выполнения физических упражнений, а также их классификацией.

IV. Задание № 26 процессуального или алгоритмического толка. При выполнении задания необходимо установить последовательность выполнения остановки мяча внутренней стороной стопы в футболе.

V. Задание № 27 в форме, предполагающей перечисление основных типов телосложения.

VI. Задание № 28 с графическими изображениями. При выполнении задания необходимо написать названия представленных на картинках видов спорта. Ответы разборчиво вписывайте в соответствующую графу бланка ответов.

VII. Задание-кроссворд № 29. Необходимо записать ответы по горизонтали и вертикали кроссворда.

Время выполнения заданий – 45 минут.

Контролируйте время выполнения задания.

Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов.

За допущенные участником в ответах *орфографические ошибки* ответ считается неверным.

Все исправления и зачеркивания квалифицируются как *неверный* ответ.

Теоретико-методическое задание

9-11 классов

Задания в закрытой форме

1. Как расшифровывается ВФСК «Готов к труду и обороне»?

- а. «Военно-физкультурный спортивный комплекс»;
- б. «Всесоюзный физкультурно-спортивный комплекс»;
- в. «Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс»;
- г. «Высший физкультурно-спортивный комплекс».

2. Каково определение «вида спорта»?

- а. тренировочный процесс, который подлежит планированию, включает в себя обязательное систематическое участие в спортивных соревнованиях;
- б. часть вида спорта, имеющая отличительные признаки и включающая в себя один или несколько видов, программ спортивных соревнований;
- в. часть спорта, которая признана обособленной сферой общественных отношений, имеющей соответствующие правила, среду занятий, используемый спортивный инвентарь и оборудование;
- г. общественная организация, которая создана на основе членства и целями которой являются развитие одного или нескольких видов спорта, их пропаганда, организация, а также проведение спортивных мероприятий и подготовка спортсменов.

3. Какое общероссийское общественное объединение содействует развитию физической культуры и спорта глухих?

- а. Олимпийский комитет России;
- б. Паралимпийский комитет России;
- в. Сурдлимпийский комитет России;
- г. Специальная олимпиада России.

4. Что не характеризует физическую культуру личности человека?

- а. интерес к занятиям физическими упражнениями;
- б. состояние здоровья;
- в. объем и разнообразие используемых физических упражнений;
- г. односторонняя физическая подготовленность.

5. Что следует понимать под термином «здоровье» в соответствии с федеральным законом «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»:

- а. состояние физического, психического и социального благополучия человека, при котором отсутствуют заболевания, а также расстройства функций органов и систем организма;
- б. состояние физического благополучия человека, при котором отсутствуют заболевания, а также расстройства функций органов и систем организма;
- в. состояние психического благополучия человека, при котором отсутствуют заболевания, а также расстройства функций органов и систем организма;

г. состояние социального благополучия человека, при котором отсутствуют заболевания, а также расстройства функций органов и систем организма.

6. Из каких структурных элементов состоит урок физической культуры?

- а. вводная, подготовительная, основная и заключительная части;
- б. подготовительная, основная и заключительная части;
- в. подготовительная, основная, срединная и заключительная части;
- г. подготовительная, основная, завершающая и заключительная части.

7. Какой из способов не относится к регулированию физической нагрузки?

- а. изменение количества повторений физического упражнения;
- б. изменение времени повторений физического упражнения;
- в. изменение скорости выполнения физического упражнения;
- г. изменение места выполнения физического упражнения.

8. Что относится к объективному показателю состояния организма в ходе индивидуального контроля при занятиях физическими упражнениями?

- а. ЧСС (частота сердечных сокращений);
- б. чувство утомления;
- в. нежелание заниматься;
- г. потливость.

9. Являются ли движения естественной двигательной потребностью школьника?

- а. только в рамках урока физкультуры;
- б. только в рамках самостоятельной двигательной деятельности;
- в. да;
- г. нет.

10. Какие новые виды спорта были включены в Игры олимпиады в Токио в 2021 году?

- а. самбо, скалолазание, серфинг, скейтбординг;
- б. карате, скалолазание, серфинг, скейтбординг;
- в. карате, альпинизм, серфинг, скейтбординг;
- г. карате, скалолазание, парусный спорт, скейтбординг.

11. Какая из представленных двигательных способностей не относится к группе кондиционных?

- а. способность сохранять равновесие;
- б. способность быстро реагировать на внешний сигнал;
- в. способность преодолевать внешнее сопротивление;
- г. способность противостоять физическому утомлению.

12. Какой период является наиболее благоприятным для развития скоростных способностей как у мальчиков, так и у девочек?

- а. 5-6 лет;
- б. 7-11 лет;
- в. 14-18 лет;
- г. такого периода нет.

13. Какое из представленных ниже определений применяется к термину физического качества «выносливость»?

- а. волшебная;
- б. предельная;
- в. частичная;
- г. общая.

14. Что не является ошибкой при выполнении сгибания и разгибания рук в упоре лежа на полу в ходе испытаний (тестов) ВФСК «ГТО»?

- а. нарушение требований к исходному положению;
- б. одновременное разгибание рук;
- в. отсутствие фиксации на 1 с исходного положения;
- г. касание грудью пола или контактной платформы.

15. Какие приемы обыгрывания защитника используются в баскетболе?

- а. обманный рывок вперед и рывок перекрестным шагом, обманный рывок и бросок, обманный рывок вперед и уход в сторону разворотом;
- б. обманный рывок вперед и рывок вперед, обманный рывок и бросок, обманный рывок вперед и уход в сторону разворотом;
- в. обманный рывок вперед и рывок вперед, обманный рывок вперед и рывок перекрестным шагом, обманный рывок и бросок, обманный рывок вперед и уход в сторону разворотом;
- г. обманный рывок вперед и рывок вперед, обманный рывок вперед и рывок перекрестным шагом, обманный рывок и бросок.

16. Какие переходы с одновременных ходов на попеременные в лыжной подготовке могут использоваться?

- а. прямой переход, переход с прокатом, переход с законченным толчком одной палкой;
- б. прямой переход, переход с прокатом, переход с неоконченным толчком одной палкой;
- в. обратный переход, переход с прокатом, переход с неоконченным толчком одной палкой;
- г. прямой переход, переход с откатом, переход с неоконченным толчком одной палкой.

17. Новым признанным видом спорта стал футгольф. Каковы его основные правила?

- а. такой спортивной игры нет;
- б. игра в футбол осуществляется на поле для гольфа;

в. игрок должен пройти футбольное поле, забив клюшкой для гольфа маленький мячик в футбольные ворота;

г. игрок должен пройти поле для гольфа с 9 или 18 лунками, стараясь загнать футбольный мяч в каждую из них за наименьшее число ударов.

18. Является ли верным положение, что «антидопинговое обеспечение – это проведение мероприятий, направленных на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним»?

а. да;

б. нет;

в. частично;

г. такой термин отсутствует.

Задания в открытой форме

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

Атлетическая гимнастика – это система упражнений с отягощениями, направленная на укрепление здоровья, развитие силы и создание красивого, гармоничного...

20. Завершите предложение, вписав соответствующую цифру в бланк ответов.

Первая олимпийская медаль сборной России в Токио была завоевана в стрельбе из пневматической винтовки на ... метров.

21. Завершите предложение, вписав соответствующую цифру в бланк ответов.

В беге на 1000 м, 1500 м, 2000 м, 3000 м в ходе испытаний (тестов) ВФСК «ГТО» результат фиксируется с точностью до ... секунды.

22. Завершите предложение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.

Волейболист, осуществляющий блокирование в зоне 3, считается...

23. Завершите предложение, вписав соответствующие слова в бланк ответов.

Для перестроения из колонны по одному в колонну по два подается команда «В колонну по два через центр - ...!»

Задания на соответствие

24. Соотнесите правила, которые необходимо соблюдать при выполнении физических упражнений. Каждой группе правил соответствует 2 примера. Ответ буквами занесите в бланк ответов.

Группа правил		Причина травмы	
1	Общие правила поведения	А	Не опаздывать на урок
		Б	Не играть на скользком полу
2	Правила эксплуатации спортивных сооружений	В	Следить за признаками обморожений
		Г	Гимнастические снаряды должны быть надежно прикреплены к полу

3	Правила техники безопасности	Д	Окна должны быть огорожены сеткой
		Е	Дорожить честью своего коллектива (класса)

25. Соотнесите классификации физических упражнений по определенным признакам с конкретными примерами. Ответ буквами занесите в бланк ответов.

Классификация		Примеры упражнений	
1	по анатомическому признаку	А	силовые, скоростные, координационные и др. упражнения
2	по признаку физиологических зон мощности	Б	циклические, ациклические и смешанные упражнения
3	по признаку направленности на развитие отдельных физических качеств	В	упражнения для мышц рук, ног, брюшного пресса, спины и т.д.
4	по признаку структуры движений	Г	упражнения максимальной, большой, средней, малой мощности

Задание процессуального или алгоритмического толка

26. Укажите в бланке ответов последовательность остановки мяча внутренней стороной стопы в футболе:



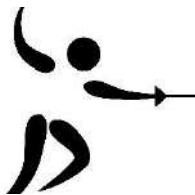

- 1) опорная нога слегка сгибается в колене;
- 2) останавливающая нога мягко отводится назад, гася скорость полета мяча;
- 3) останавливающая нога, согнутая в колене, выносится вперед-вверх так, чтобы мяч соприкоснулся с внутренней стороной стопы.

Задание в форме, предполагающей перечисление

27. Назовите три основных типа телосложения, которые необходимо учитывать во время занятий физическими упражнениями.

Задание с графическими изображениями

28. На Играх Олимпиады в 2021 году в Токио Виталина Бацарашкина, Евгений Рылов, София Позднякова, Светлана Ромашина и Светлана Колесниченко завоевали по две золотые медали. Виды спорта, в которых они выступали, представлены на пиктограммах. Их названия словами запишите в бланк ответов напротив соответствующей буквы.

А	Б	В	Г
			

Задание-кроссворд

29. Решите кроссворд, записав слова в бланке ответов.

По горизонтали

1. Человек, занимающийся выбранным видом спорта и выступающий на спортивных соревнованиях.

2. Человек, осуществляющий проведение со спортсменами тренировочных мероприятий и руководство их состязательной деятельностью для достижения спортивных результатов.

По вертикали

3. Человек, уполномоченный организатором спортивного соревнования обеспечить соблюдение правил вида спорта и положения о спортивном соревновании.

4. Человек, участвующий в организации и(или) проведении физкультурных и спортивных мероприятий без предоставления ему денежного вознаграждения.

5. Человек, находящийся в месте проведения спортивного соревнования, но не являющийся его участником и не задействованный в проведении соревнования.

6. Человек, осуществляющий посредством совершения юридических действий деятельность по содействию в трудоустройстве спортсменов и тренеров в профессиональный спортивный клуб.