

**ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**  
**2022–2023 учебный год**  
**МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП 9–11 классы**  
**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР**

***Инструкция по выполнению заданий.***

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

Задания объединены в 6 групп.

**I. Задания в закрытой форме, т.е. с выбором правильного ответа № 1 – 15.**

При выполнении заданий № 1 – 15 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 № 16 – 20.**

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 № 21 – 22.**

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.

**IV. Задание на перечисление № 23.**

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 – кроссворд № 24.**

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 – 57,5 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!***

## Задания в закрытой форме

**1. В каком году состоялись первые достоверно известные античные Олимпийские игры?**

- а) в 776 г. до н.э.;
- б) в 394 г. до н.э.;
- в) в 394 г.;
- г) в 776 г.

**2. В каком виде спорта разрешены удары ногами?**

- а) бокс;
- б) самбо;
- в) дзюдо;
- г) кикбоксинг.

**3. В каких видах спорта соревновательный результат зависит преимущественно от уровня технического мастерства?**

- а) лёгкая атлетика, плавание, конькобежный спорт;
- б) фигурное катание, прыжки в воду, художественная гимнастика;
- в) лыжные гонки, велоспорт, гребля;
- г) футбол, волейбол, водное поло.

**4. 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.

**5. 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.

**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 7 золотых медалей;
- г) спортсмены по плаванию.

**7. Полоса или лист соединительной ткани, главным образом коллагена, под кожей, который прикрепляет, стабилизирует, охватывает и разделяет мышцы и другие внутренние органы:**

- а) сухожилие;
- б) связка;
- в) фасция;
- г) суставная сумка.

**8. Какие виды деятельности характеризуют состязание?**

- а) соучастие тренеров;
- б) соучастие судей;
- в) соучастие организаторов;
- г) соревновательная деятельность.

**9. 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.

**10. Психическое состояние спортсмена, возникающее непосредственно перед выступлением в соревнованиях, которое имеет разное проявление:**

- а) спортивная форма;
- б) уровень психической подготовленности;
- в) предстартовое состояние;
- г) состояние тренированности.

**11. Какие выделяют виды выносливости?**

- а) основную и дополнительную;
- б) общую и специальную;
- в) главную и побочную;
- г) специфическую и неспецифическую.

**12. Что является специфическим содержанием спорта?**

- а) выступление на соревнованиях;
- б) занятия в фитнес-клубе;

- в) выполнение физических упражнений;
- г) повышение уровня физического развития.

**13. Мышцы антагонисты выполняют:**

- а) одно и то же 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. 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.

**Задания в открытой форме, в которых необходимо вписать ответ**

**16. Назовите вид спорта, представляющий собой единоборство на холодном спортивном оружии с определёнными правилами нанесения ударов и уколов \_\_\_\_\_.**

**17. Угол, задающий направление и помогающий ориентироваться на местности с одним лишь компасом, называется \_\_\_\_\_.**

**18. Член судейской коллегии соревнований, отвечающий за фиксацию времени, показанного участниками, общего времени проведения поединка, матча \_\_\_\_\_.**

**19. Напишите фамилию последнего в истории довоенных Олимпийских игр российского спортсмена, завоевавшего золотую медаль \_\_\_\_\_.**

**20. Напишите название технического приёма, который используется во всех следующих видах спорта: бадминтон, волейбол, каратэ, фехтование \_\_\_\_\_.**

### Задания на сопоставление понятий

**21. Установите соответствие между физическими упражнениями и их характеристиками.**

1) Бросок баскетбольного мяча с двух шагов	А) Циклическое, естественно-прикладное, максимальной мощности
2) Метание мяча с разбега	Б) Циклическое, общеподготовительное, умеренной мощности
3) Стойка на руках	В) Скоростно-силовое, ациклическое, естественно-прикладное
4) Переворот в сторону	Г) Динамическое, смешанное, с комплексным проявлением физических качеств
5) Бег на 100 м	Д) Сложно-координационное, статическое, ациклическое
6) Езда на велосипеде 10 км	Е) Сложно-координационное, динамическое, ациклическое
7) Прыжок в длину с места	Ж) Динамическое, естественно-прикладное, скоростно-силовое

**22. Сопоставьте спортивные термины и виды спорта, которым они соответствуют**

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

### Задание на перечисление понятий

**23. Перечислите разновидности силовых способностей спортсмена**

### Задание – кроссворд

**24. Решите кроссворд, записав слова в бланке ответов (баскетбол)**

*По вертикали:*

- Игра в защите, когда два защитника меняются друг с другом нападающими для получения преимущества.
- Нарушение правил, в основном случающееся при попытке получить преимущество с помощью физического контакта.

5. Защитник с помощью своих действий заставляет нападающего совершить потерю. Защитник не может касаться рук нападающего во избежание фола.
8. Интервал времени, в котором одна команда набирает значительно больше очков, чем другая команда.
9. Бросок сверху, выполненный в воздухе сразу после подбора.
10. Плоскость, к которой крепится кольцо.

*По горизонтали:*

1. Ассоциация национальных организаций, управляющая международными соревнованиями.
4. Нападение, начинающееся с овладения мячом, пока защитники не успели занять свои позиции, переходящее иногда в быстрый прорыв.
6. Тактика в нападении, когда игрок с мячом занимает одну сторону площадки, остальные нападающие занимают слабую сторону, оставляя нападающего с мячом играть 1 на 1 с защитником.
7. Акт овладения мячом после промазанного броска.

### Решите задачу

**25. Школьник А обучается в 11 классе и занимается в детско-юношеской спортивной школе дзюдо. Его рост 174 см, масса тела 69 кг. Школьник Б обучается в 11 классе и занимается в детско-юношеской спортивной школе баскетболом. Его рост 185 см, масса тела 57 кг. Школьник В обучается в 11 классе и занимается в детско-юношеской спортивной школе биатлоном. Его рост 181 см, масса тела 62 кг.**

#### **Задание.**

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

24. Задание – кроссворд

