

**Муниципальный этап
Всероссийской олимпиады школьников
по физической культуре
2022 / 2023 учебный год**

Комплект заданий для учеников 9-11 классов

Уважаемый участник Олимпиады!

Перед Вами задания по физической культуре. Они соотнесены с содержанием школьного курса физическая культура, а также требуют широкого кругозора, навыка поиска информации и умения мыслить.

Вам предлагается 27 заданий, максимально возможная сумма за правильные ответы – 78 первичных баллов. Максимально возможное количество зачетных баллов за теоретико-методическое задание – 20 баллов.

Обратите внимание: за выполнение каждого задания Вы получите различное количество баллов, поскольку степень сложности заданий также различна.

Если Вам кажется, что задания относятся к теме, не очень хорошо Вам знакомой, не теряйте самообладание. Пропускайте незнакомые задания. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.

Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Достаточно проявить внимание и сообразительность, которые помогут успешно справиться с заданием.

Максимальная оценка – 20 баллов.

Время на выполнение заданий – 45 минут.

Желаем успеха!

I. Задания в закрытой форме с выбором одного правильного ответа

При выполнении этих заданий необходимо выбрать единственно правильный вариант из предложенных. Среди вариантов могут встретиться частично правильные, не подходящие в качестве ответа. Правильным является только один тот, который наиболее полно соответствует смыслу утверждения. Выбранный вариант отмечается зачёркиванием соответствующего квадрата в бланке работы: «а», «б», «в» или «г».

Правильный ответ оценивается в 1 балл, неправильный – 0 баллов.

Ответ с ошибками в написании слов оценивается как неверный.

1. Какая из советских спортсменок дала имя одному из сложнейших элементов спортивной гимнастики, выполненный на брусках?

- а) Надя Команечи
- б) Ольга Корбут
- в) Алина Кабаева
- г) Лариса Латынина

2. Олимпиониками в Древней Греции называли:

- а) Участников Олимпийских игр
- б) Судей Олимпийских игр
- в) Победителей Олимпийских игр
- г) Жителей Олимпийских игр

3. Начиная с какого года в Олимпийских играх проходит турнир по кёрлингу в смешанных парах?

- а) 2010 года
- б) 2014 года
- в) 2018 года
- г) 2022 года

4. Каким цветом обозначена Европа в эмблеме Международного олимпийского комитета (МОК)?

- а) жёлтый
- б) голубой
- в) черный
- г) красный
- д) зелёный

5. Всероссийский реестр видов спорта включает:

- а) олимпийские виды спорта
- б) виды спорта, утверждённые Минспортом
- в) национальные виды спорта
- г) профессиональные виды спорта

6. Назовите основную меру безопасности при проведении подвижных игр

- а) строго соблюдать правила игры
- б) избегать столкновений с игроками, толчков и ударов по рукам и ногам игроков
- в) при падении сгруппироваться
- г) внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) руководителя
- д) всё вышеперечисленное

7. Правильным выполнение метания мяча на дальность считается

- а) в специальном секторе
- б) мокрым снарядом
- в) стоять рядом с выполняющим метание
- г) передавать снаряд для метания друг другу броском

8. Масса спортивного снаряда при выполнении норматива метание снаряда на дальность для девушек и юношей:

- а) 500 гр. и 700 гр.
- б) 500 гр. и 600 гр.
- в) 500 гр. и 800 гр.
- г) 500 гр. и 900 гр.

9. Какая дистанция на выносливость в обязательных испытаниях (тестах) для юношей есть в IV ступени ВФСК ГТО?

- а) 2000 м
- б) 900 м
- в) 800 м
- г) 1000 м

10. Что называют скандинавской ходьбой?

- а) Специфический способ передвижения по снегу
- б) Пешие путешествия, во время которых при ходьбе опираются на специальные палки
- в) Передвижение на снегоступах
- г) Передвижение на лыжах без палок

11. Гипоксия – это...

- а) избыток витаминов
- б) недостаток того или иного витамина
- в) кислородная недостаточность
- г) гиперкератоз

12. Автор книги «Аэробика» и создатель одноименной оздоровительной системы

- а) Д.Фонда
- б) М. Семенова
- в) Г. Малахов
- г) К. Купер

13. Какой прибор используется для измерения жизненной ёмкости лёгких?

- а) ростомер
- б) линейка
- в) динамометр
- г) спирометр

Перенесите свои решения в БЛАНК ОТВЕТОВ

I. Задания в закрытой форме с множественным выбором ответов

При выполнении этих заданий необходимо выбрать два правильных варианта из предложенных.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 1 балл. Если в ответе содержатся неверные ответы, то каждый правильный ответ оценивается в 0,25 балла. Минимальная оценка в задании составляет 0 баллов.

Ответ с ошибками в написании слов оценивается как неверный.

14. Выберите виды состязаний, которые входили в программу Олимпийских игр древности, но не входят в современных?

- а) пентатлон
- б) двойной бег
- в) прыжки в длину
- г) метания копья и диска

15. Какие упражнения можно использовать для развития силы?

- а) отжимание на брусьях или в упоре лёжа
- б) простые маховые упражнения
- в) подтягивания
- г) упражнения в быстроте ответных действий на внезапный сигнал

Перенесите свои решения в БЛАНК ОТВЕТОВ

II. Задания в открытой форме

Задания, в которых необходимо завершить высказывание, то есть без предложенных вариантов ответов. При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подбранное определение разборчиво вписывайте в соответствующую графу ответов.

Каждый правильный ответ оценивается в 2 балла, а каждый неправильный – в 0 баллов.

Ответ с ошибками в написании слов оценивается как неверный.

16. _____ – раздел медицины, изучающий влияние жизни и труда на здоровье человека и разрабатывающий меры направленные на предупреждение заболеваний, обеспечение оптимальных условий существования, укрепление здоровья и продление жизни, изучающая влияние факторов окружающей среды на здоровье человека, его работоспособность и продолжительность жизни.

17. _____ – программная и нормативная основа системы физического воспитания населения, устанавливающая государственные требования к уровню его физической подготовленности и нацеленная на развитие массового спорта и оздоровление нации, гармоничное и всестороннее развитие личности, воспитание патриотизма и обеспечение преемственности в осуществлении физического воспитания населения.

18. _____ – сочетание соответствующих возможностей человека, обладающего специальными знаниями, умениями, навыками, физическими, психологическими и физиологическими качествами, совершать целенаправленные действия, формировать процессы мыслительной деятельности.

19. _____ – это способность человека к длительному выполнению работы без снижения ее эффективности. Развитие этой способности осуществляется в процессе выполнения упражнений, вызывающих утомление и усталость.

20. _____ – это способность человека быстро овладевать новыми движениями и быстро перестраивать двигательную деятельность в соответствии с требованиями меняющейся обстановки.

Перенесите свои решения в БЛАНК ОТВЕТОВ

III. Задания на установление соответствия между понятиями

При выполнении этих заданий необходимо установить соответствие между словами, соединив их в пары, составляющие устойчивые выражения.

Каждая верно указанная позиция оценивается в 1 балл, неправильная – в 0 баллов.

Ответ с ошибками в написании слов оценивается как неверный.

21. Установите соответствие в испытаниях ГТО.

Группа А - обязательные испытания:

1. Бег на 3000 м (мин, с)
2. Бег с ускорениями, прыжки, старты с различных положений; бег на лыжах на 5 км
3. Туристский поход с проверкой туристских навыков
4. Подтягивание из виса на высокой перекладине
5. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье
6. Прыжок в длину с разбега

Группа Б - испытания на выбор:

1. Бег на 3000 м (мин, с)
2. Бег с ускорениями, прыжки, старты с различных положений; бег на лыжах на 5 км
3. Туристский поход с проверкой туристских навыков
4. Подтягивание из виса на высокой перекладине
5. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье
6. Прыжок в длину с разбега

22. Установите соответствие между степенью ГТО и возрастом испытуемых.

1) 4 степень	а) мужчины и женщины от 40 до 49 лет включительно
2) 6 степень	б) мужчины и женщины от 50 до 59 лет включительно;
3) 8 степень	в) мужчины и женщины 70 лет и старше.
4) 3 степень	г) мальчики и девочки от 11 до 12 лет включительно
5) 9 степень	д) юноши и девушки от 13 до 15 лет включительно (7-9 класс)
6) 11 степень	е) мужчины и женщины от 18 до 29 лет включительно

Перенесите свои решения в БЛАНК ОТВЕТОВ

IV. Задание процессуального или алгоритмического толка

Вы должны выбрать букву, которая соответствует правильной последовательности цифр. Необходимо указать последовательность двигательного действия, части урока и т.д.

Правильное решение задания оценивается в 2 балла. Если в ответе содержится хотя бы одна неверная позиция, ответ считается неверным и оценивается в 0 баллов.

Ответ с ошибками в написании слов оценивается как неверный.

23. Определите последовательность фаз при занятиях аэробными упражнениями:

- а) разминку
- б) силовую нагрузку
- в) заминку
- г) аэробную фазу

- 1) а,г,б,в 2) б,г,а,в 3) а,г,в,б

V. Задание, предполагающее перечисление известных фактов

Необходимо указать перечисление, явлений, фактов, символов (слева направо, по цвету и т.д.)

Каждая верная позиция оценивается в 1 балл. Неверный ответ оценивается в 0 баллов.

24. Напишите страну и год каждого Талисмана?

№1 Мишка	№2 Сэм	№3 Вучко	№4 Ходори
			
Страна _____ Год _____	Страна _____ Год _____	Страна _____ Год _____	Страна _____ Год _____

Перенесите свои решения в БЛАНК ОТВЕТОВ





VI. Задание с иллюстрациями или графическими изображениями двигательных действий

Необходимо напротив соответствующей буквы указать название вида спорта, инвентарь для которого изображен на иллюстрации или графическом изображении.

Правильный ответ оценивается в 2 балла, неверный ответ – 0 баллов.

Ответ с ошибками в написании слов оценивается как неверный.

25. Напишите в бланке ответов напротив соответствующей буквы название вида спорта, для которого предназначен мяч.

			
А	Б	В	Г

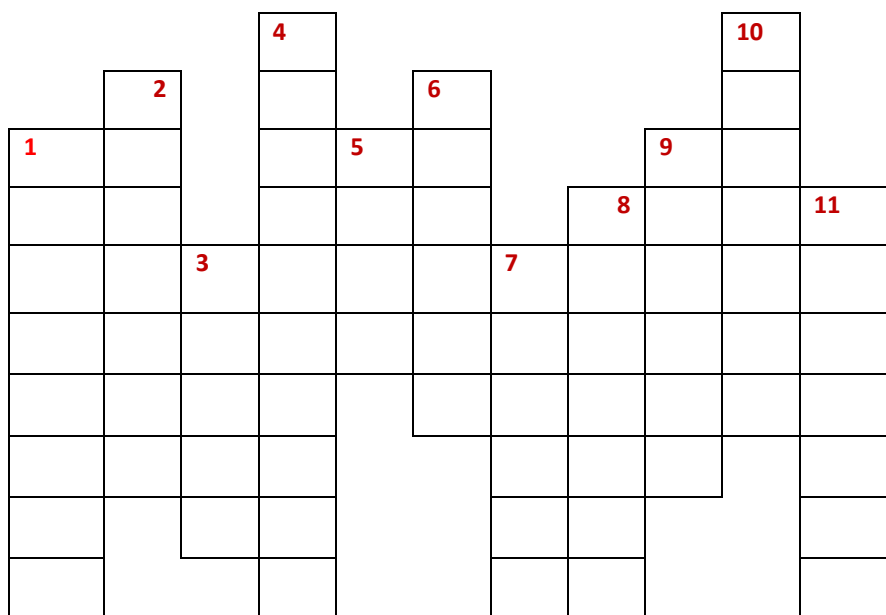
VII. Задание-кроссворд

Решите кроссворд, записав слова в графы ответов.

Каждая верно указанная позиция оценивается в 1,5 балла, неправильная – 0 баллов.

Ответ с ошибками в написании слов оценивается как неверный.

26. Решите кроссворд, записав слова в бланке ответов.



По вертикали

1. Советская и российская лыжница, пятикратная олимпийская чемпионка, многократная чемпионка мира, двукратная обладательница Кубка мира, герой Российской Федерации, заслуженный мастер спорта СССР, Заслуженный мастер спорта России, с 2003 года - политический деятель?
2. Выдающийся советский хоккеист и тренер, а также один из основателей советской и российской школы хоккея?
3. Стиль спортивного плавания?
4. Один из древнейших видов спорта, включающий в себя соревнования на различных снарядах, а также в вольных упражнениях и опорных прыжках?
5. Способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противостоять ему за счёт мышечных усилий (напряжений)?
6. Вид спорта, имеющий целью спортивное совершенствование человека в преодолении естественных препятствий, в применении различной тактики и техники преодоления препятствий?
7. Советская и российская лыжница, общественно-политический деятель, тренер. Президент Федерации лыжных гонок России, глава Ассоциации лыжных видов спорта России?
8. Российская спортсменка (художественная гимнастика), общественный и политический деятель, медиа-менеджер?
9. Вид спорта, в котором два игрока или две команды по два человека соперничают между собой?
10. Российская художественная гимнастка, член сборной команды России, Заслуженный мастер спорта, пятикратная чемпионка мира, девятикратная чемпионка Европы Трёхкратная абсолютная чемпионка России?
11. Вид ритмической гимнастики, направленной на изменение форм тел?

Перенесите свои решения в БЛАНК ОТВЕТОВ

VIII. Задание–задача

Читаем условия задачи, решаем на черновике, записываем решение в графу ответов. Контролируйте время выполнения задания.

Максимальное количество баллов за ответ – 5. Неправильный ответ – 0 баллов.

27. Рассчитайте нормальные величины артериального давления (АД сист/АД диаст) для мужчины 55 лет массой тела 75 кг.

Результаты округлите до целых единиц. Формулу с указанием единиц измерения, все расчеты и ответ запишите в бланк ответа.

Перенесите свои решения в БЛАНК ОТВЕТОВ
