

ЗАДАНИЯ

МУНИЦИПАЛЬНОГО ЭТАПА ВСЕРОССИЙСКОЙ

ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ ПО ПРЕДМЕТУ

«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

В 2023/24 УЧЕБНОМ ГОДУ

г. Иркутск

Олимпиада по физической культуре проводится в целях выявления и развития у обучающихся творческих способностей, и интереса к научной (научно-исследовательской) деятельности, пропаганды научных знаний. Олимпиада проводится на территории Российской Федерации. Рабочим языком проведения олимпиады является русский язык. Задачи олимпиады: выявление одаренных и талантливых школьников для последующей поддержки и развития их способностей; формирование и развитие у обучающихся мотивационного интереса к физкультурно-спортивной деятельности и здоровому образу жизни..

Всероссийская олимпиада школьников представляет собой конкурсное испытание учащихся основной и средней (общей) школы - юношей и девушек (раздельно). Форма проведения олимпиады – *очная*. При проведении олимпиады допускается использование информационно-коммуникационных технологий в части организации выполнения олимпиадных заданий, анализа и показа олимпиадных заданий, процедуры апелляции при условии соблюдения требований законодательства Российской Федерации в области защиты персональных данных. Участие в олимпиаде индивидуальное, олимпиадные задания выполняются участником самостоятельно, без помощи посторонних лиц.

Муниципальный этап олимпиады состоит из двух видов индивидуальных испытаний участников – *теоретико-методического* и *практического характера*, основанных на содержании образовательной программы основного общего и среднего общего образования, углубленного уровня изучения предмета «Физическая культура». Теоретико-методическое испытание заключается в ответах на тестовые вопросы. Тематика вопросов соответствует требованиям к уровню знаний выпускников основной и средней (общей) школы, углубленного уровня изучения предмета «Физическая культура».

Теоретико-методическое испытание является обязательным и заключается в решении заданий в тестовой форме. Продолжительность теоретико-методического испытания для всех групп участников – не более 45 (сорока пяти) минут.

Практические испытания заключаются в выполнении упражнений базовой части школьной примерной программы по предмету «Физическая культура» по разделам: гимнастика, спортивные игры (баскетбол, футбол, волейбол, гандбол или флорбол), легкая атлетика (бег на выносливость, бег на короткие дистанции, прыжки, метания), прикладная физическая культура.

I. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Девушки и юноши 9-11 классы

Инструкция по выполнению заданий.

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям по предмету «Физическая культура». Выбранные варианты записываются в бланк ответов. Задания объединены в 8 групп:

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. Контролируйте время выполнения задания

Желаем успеха!

Время выполнения работы – 45 минут

Слова, написанные с ошибками, оцениваются как неверный ответ.

Исправления и зачеркивания оцениваются как неверный ответ.

A. Задания в закрытой форме

Выберите правильный ответ из предложенных вариантов

1. В каком году впервые Россия приняла участие в Олимпийских играх?

- а) В 1900 г. в Париже;
- б) в 1908 г. в Лондоне;
- в) в 1924 г. в Париже.

2. Термин «Олимпиада» в Древней Греции означал?

- а) соревнования, проводимые во время Олимпийских игр;
- б) Первый год четырехлетия, при наступлении которого празднуют Олимпийские игры;
- в) четырехлетний период между Олимпийских игр;

г) год проведения Олимпийских игр.

3. В каком из тестовых упражнений комплекса ГТО даётся три попытки?

- а) метание спортивного снаряда на дальность
- б) наклон вперед из положения, стоя с прямыми ногами на полу
- в) поднимание туловища из положения, лежа на спине
- г) стрельба

4. Древнейшей формой организации физической культуры были?

- а) бега; б) единоборства; в) соревнования на колесницах; г) игры

5. Какой вид спорта появился в честь афинского воина Филиппидиса?

- а) марафон б) метание копья в) спортивная ходьба г) прыжок в длину

6. К функциональным показателям, характеризующим особенности физического развития человека, относятся:

- а) уровень развития общей выносливости; результаты прыжка в длину с места, челночного бега, наклона вперед;
- б) частота сердечных сокращений; сила основных мышечных групп;
- в) объем грудной клетки; форма осанки; длина и масса тела; величина обхвата бедер.

7. Проявлением, каких личностных качеств человека является самообладание?

- а) волевых; б) нравственных; в) этических; г) физических.

8. Какие показатели характеризуют лёгкую степень утомления?

- а) дыхание прерывистое поверхностное, небольшое покраснение лица;
- б) появление небольших капель пота на лице, побледнение лица;
- в) появление небольших капель пота на лице, небольшое покраснение лица;
- г) большая напряжённость мышц, дрожание конечностей.

9. Величина нагрузки физических упражнений обусловлена...

- а) утомлением, возникающим в результате их выполнения;

- б) продолжительностью выполнения двигательных действий;
- в) сочетанием объёма и интенсивности двигательных действий.

10. После, какой команды принимается основная стойка?

- а) «вольно!»; б) «на старт!»; в) «равняйся!»; г) «смирно!».

11. Меры безопасности при выполнении упражнений, осуществляемое тренером или товарищем по команде, принято называть ...

- а) техникой безопасности; б) страховкой; в) спортивной тактикой; г) спортивной подготовкой.

12. Кто стал 6-кратной олимпийской чемпионкой, абсолютной чемпионкой Олимпиады-1964 в Инсбруке в конькобежном спорте?

- а) Инга Артамонова, б) Лидия Скобликова, в) Клара Гусева, г) Валентина Стенина

13. Высота палок при свободном (коньковом) лыжном ходе должна быть:

- а) до уровня плеч ученика б) ниже 3-4 см. роста ученика в) выше 3-4 см. роста ученика г) до уровня глаз ученика

14. Состояние здоровья обусловлено:

- а) образом жизни;
- б) отсутствием болезней;
- в) уровнем здравоохранения;
- г) резервными возможностями организма

Б.Задания в открытой форме

15. Вид аэробики, направленный на растяжку мышц тела, развитие гибкости и эластичности
- _____

16. Строй, в котором занимающиеся расположены в затылок друг за другом называется

17. Метод организации деятельности занимающихся, когда все выполняют одно и то же задание, называется _____

18. Наблюдения занимающихся физическими упражнениями за состоянием своего здоровья, физическим развитием, физической подготовкой и оценка субъективных и

объективных показателей состояния своего организма с помощью простых и общедоступных методов это _____

19.В. Задания на соответствие (соотнесение понятий и определений).

Установите соответствие между термином и его определением. Ответ буквами запишите в бланк ответов.

Термин

Определение

1	Баскетбол	А	Бег по пересеченной местности с преодолением встречных препятствий
2	Кросс	Б	Вид спорта, который включает в себя упражнения в беге, прыжках и метании
3	Легкая атлетика	В	Вид спорта с прохождением дистанций различной протяжённости от 5 до 50 км с преодолением сложных поворотов, спусков и подъёмов
4	Лыжные гонки	Г	Комплекс упражнений, выполнение которых помогает разбудить организм, зарядить его силой, бодростью, энергией на целый день
5	Утренняя гимнастика	Д	Кратковременные физические упражнения, проводимые с целью предупреждения утомления, восстановления умственной работоспособности
6	Физкультминутка	Е	Спортивная игра, которая включает в себя броски мяча в плетёную корзину

20.Сопоставьте имена Олимпийских чемпионов на Играх -2018г с видами спорта, в которых они достигли успехов, вписав буквы в соответствующие поля бланка ответов.

	Виды спорта		ФИ олимпийских чемпионов
1.	Конькобежный спорт	А.	Алина Загитова
2.	Шорт-трек	Б.	Никита Трегубов
3.	Скелетон	В.	Семён Елистратов

4.	Хоккей	Г.	Наталья Воронина
5.	Фигурное катание	Д.	Никита Гусев
6.	Лыжные гонки	Е.	Александр Большунов

21.Г. Задания процессуального или алгоритмического толка.

Расставьте в правильном порядке последовательность обучения техническому приёму баскетбола:

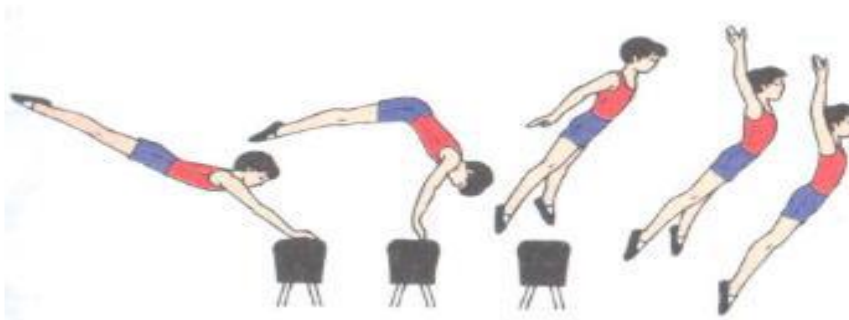
1. имитация приёма;
4. многократное повторение;
2. закрепление в игре;
3. показ;
5. подводящие упражнения

22.Д. Задания связанные с перечислением

Укажите порядковый номер, город, страну и год проведения Олимпийских зимних игр, в котором впервые участвовала команда СССР.

23.Е. Задания с иллюстрациями или графическими изображениями двигательных действий.

Какой способ опорного прыжка через гимнастического козла изображен на рисунке. Ответ запишите в бланк ответа.









24.Ж. Задания-кроссворды.

Решите кроссворд, записав виды спорта соответствующие представленным на рисунках спортивному инвентарю.

По горизонтали:

5	7	8	10
			

По вертикали:

1	2	3
		
4	6	9
		

25.3. Задания-задачи.

Решите задачу. Павел, выполняя приседания со штангой весом 80 кг, сделал 3 серии по 12 повторений. Посчитайте суммарный объем нагрузки в данном упражнении. Ответ укажите цифрами в кг.