

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ
по предмету «Физическая культура»
МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП 2023/2024 учебный год
9-11 класс

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Время выполнения задания – 45 минут.

Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ.

Оценка ответов участников Олимпиады по теоретико-методическому заданию определяется по сумме баллов, полученных за каждый верный ответ в тесте. Правильное решение задания в **закрытой форме** с выбором одного правильного ответа оценивается в **1 балл**, неправильное – 0 баллов. Правильное решение задания в **открытой форме** оценивается в **1 балла**, неправильный – 0 баллов. В заданиях **на соответствие** каждый правильный ответ оценивается в **1 балл**, а каждый неправильный - 0 баллов. Правильное решение задания **процессуального или алгоритмического толка** оценивается в **2 балла**, неправильное решение - 0 баллов. В заданиях, связанных с **перечислениями** или описаниями, каждая верная позиция оценивается в **0,5 балла** (квалифицированная оценка).

1 балл x 23 = 23 баллов (в закрытой форме);

1 балл x 5 = 5 баллов (в открытой форме);

1 балла x 2 = 2 балла (задания на соответствие);

2 балла x 2 = 4 баллов (задания процессуального толка);

2,5 балла x 1 = 2,5 балла (задание с перечислениями)

3,5 балла x 1 = 3,5 балла (задание с перечислениями)

В совокупности теоретико-методическое задание оценивается в **40 баллов**.

Задания в закрытой форме

1. Максимальной оценкой при судействе соревнований по гимнастике является:

А. 6 баллов;

Б. 8 баллов;

В. 10 баллов;

Г. 15 баллов.

2. Баскетболист, получивший 5 персональных замечаний, удаляется...?

А. На две минуты;

Б. На 10 минут;

В. До конца периода;

Г. До конца встречи.

3. Документом, представляющим все аспекты организации соревнования, является...

- А. Календарь соревнований;
- Б. Правила соревнований;
- В. Положение о соревнованиях;
- Г. Программа соревнований.

4. В какой игре от каждой команды на площадке одновременно присутствует пять игроков?

- А. Баскетбол;
- Б. Волейбол;
- В. Хоккей;
- Г. Водное поло.

5. Ловкость – это способность человека...?

- А. Преодолевать сопротивление;
- Б. Выдерживать длительные нагрузки;
- В. Выполнять сложнокоординационную работу;
- Г. Выполнять быстрые движения.

6. Жизненная емкость легких измеряется...?

- А. Тонометром;
- Б. Динамометром;
- В. Спирометром;
- Г. Спирографом.

7. В футболе место, где в начале каждого тайма и после каждого забитого гола производится первый удар по мячу.

- А. Угловой сектор;
- Б. Одиннадцатиметровая линия;
- В. Центр поля;
- Г. Боковая линия.

8. Первый комплекс ГТО появился в СССР в период:

- А. С 1938 по 1945 гг.
- Б. С 1918 по 1925 гг.
- В. С 1929 по 1938 гг.
- Г. С 1927 по 1928 гг.

9. Какой показатель характеризует тип телосложения человека...

- А. Индекса Кетле;
- Б. Индекса Эрисмана;
- В. Индекса Брока;
- Г. Индекс Пинье.

10. Сколько составляет длина штрафной линии в баскетболе?

- А. 3 м.
- Б. 3,30 м.
- В. 3,60 м.
- Г. 4 м.

11. Реакция организма занимающихся на физическую нагрузку в процессе урока (занятия) определяется с помощью:

- А. Оперативного контроля;
- Б. Текущего контроля;
- В. Итогового контроля;
- Г. Рубежного контроля.

12. Назовите компонент физической культуры, раскрывающий психофизические способности человека на предельных уровнях.

- А. Физическая рекреация;
- Б. Физическое воспитание;
- В. Спорт;
- Г. Физическая реабилитация.

13. Наиболее распространенным методом воспитания силовых способностей является?

- А. Электростимуляция;
- Б. Переменных упражнений, выполняемых «до отказа»;
- В. Круговая тренировка на основе силовых упражнений;
- Г. Использование предельных и не предельных отягощений.

14. Что понимается под тестированием физической подготовленности?

- А. Измерение уровня развития основных физических качеств;
- Б. Измерения роста и веса;
- В. Измерения показателей деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем;
- Г. Измерение антропометрических данных.

15. Какие факторы преимущественно обуславливают уровень проявления общей выносливости?

- А. Факторы функциональной экономичности;
- Б. Аэробные возможности;
- В. Скоростно-силовые способности;
- Г. Личностно-психические качества.

16. Физическое развитие человека включает в себя ...

А. Показатели массы и длины тела, окружности грудной клетки, жизненной емкости легких, силы мышц, внешние признаки телосложения (формы грудной клетки, осанки, жировотложения и пр.);

Б. Уровень развития двигательных качеств (силы, ловкости, быстроты, выносливости, гибкости);

В. Общую физическую подготовку и специальную физическую подготовку;

Г. Состояние здоровья.

17. XXVIII Всемирная Зимняя Универсиада 2017 года состоялась в городе...

А. Красноярск;

Б. Алматы;

В. Пхёнчхан;

Г. Лондон.

18. Вспомогательные средства физической культуры - ...

А. Физические упражнения, оздоровительные силы природы;

Б. Оздоровительные силы природы, гигиенические факторы;

В. Гигиенические факторы, физические упражнения;

Г. Оздоровительные силы природы, музыкальное сопровождение.

19. Под двигательной активностью понимают...

А. Суммарное количество двигательных действий, выполняемых человеком в процессе повседневной жизни;

Б. Определенную меру влияния физических упражнений на организм занимающихся;

В. Определенную величину физической нагрузки, измеряем параметрами объема и интенсивности;

Г. Педагогический процесс, направленный на повышение его спортивного мастерства.

20. В марте 2016 года, 207-ым участником Олимпийских Игр стала сборная команда, спортсмены которой выступали под олимпийским флагом, и этой командой названа?

- А. Сборная Косово;
- Б. Сборная Южного Судана;
- В. Сборная беженцев;
- Г. Сборная «чистых спортсменов».

21. Воздействие физических упражнений на организм спортсмена, вызывающее активную реакцию его функциональных систем, называется?

- А. Физическим совершенством;
- Б. Спортивной тренировкой;
- В. Физической подготовкой;
- Г. Нагрузкой.

22. Какая патология может возникнуть у человека при выполнении физической работы в одежде, плохо пропускающей воздух, или в душном помещении?

- А. Отдышка;
- Б. Перегрев;
- В. Ожог;
- Г. Тепловой удар.

23. По какой причине во времена античности было принято называть Олимпийские игры «праздником мира»?

- А. На время проведения спортивной Олимпиады прекращались все войны;
- Б. Они славились миролюбием;
- В. Они получили мировую популярность;
- Г. В них участвовали спортсмены со всего мира.

Задания в открытой форме

(Завершите определение, вписав соответствующее слово в бланк ответов)

24. Любые вещества природного или синтетического происхождения, употребление которых может резко поднимать на короткое время активность нервной и эндокринной систем, а также увеличивать мышечную силу, что, в целом, позволяет добиться улучшения спортивного результата, являются _____

25. Официальным талисманом Чемпионата Мира - 2018 по футболу стал (написать имя талисмана) _____

26. Система организационно-методических мероприятий, позволяющих наметить направление специализации юного спортсмена в определенном виде спорта, называется _____

27. Составная часть физической культуры, исторически сложившиеся в форме соревновательной деятельности и специальной практики подготовки человека к соревнованиям определяется как _____

28. Достижение, ратифицированное в качестве высших показателей в деятельности, на основе которой организована соревновательная, обозначается как _____

Задания на соответствие понятий

29.

Показатели интенсивности	Частота сердечных сокращений
А. Средняя интенсивность	1. 180 ударов в минуту и выше
Б. Низкая интенсивность	2. 130-160 ударов в минуту
В. Большая интенсивность	3. 165-180 ударов в минуту
Г. Высокая интенсивность	4. до 130 ударов в минуту

30.

Термин	Определение
А. Физическое совершенство	1. Понимается уровень развития основных физических качеств (сила, гибкость и др.) для овладения новыми движениями.
Б. Физическое развитие	2. Способность человека выполнять большой объем физической работы на заданном уровне эффективности за определенный промежуток времени.
В. Физическая подготовленность	3. Процесс физического образования и воспитания, выражающий высокую степень развития индивидуальных физических способностей, соответствующих требованиям жизни.
Г. Физическая работоспособность	4. Процесс становления, формирования и последующего изменения на протяжении индивидуальной жизни естественных морфо-функциональных свойств организма

Задания процессуального или алгоритмического толка

31. Установите правильную последовательность действий при церемонии закрытия Олимпийских игр.

- А. Заключительные выступления председателя Оргкомитета и президента МОК.
- Б. «Парад флагов» - флагоносцы от каждой страны-участника проходят по стадиону, во главе колонны - флаг Греции как страны рождения Олимпийских игр.
- В. Общий марш спортсменов - участников состязаний без разделения на национальности и страны проживания.
- Г. Поднятие флага страны-хозяина Олимпиады и исполнения ее государственного гимна.

32. Установите правильную последовательность действий при выполнении прыжка с шестом.

- А. Подъем по шесту
- Б. Поворот и отталкивание от шеста
- В. Переход планки и приземление
- Г. Постановка шеста в упор
- Д. Отталкивание
- Е. Хват шеста и разбег
- Ж. Сгибание шеста

Задания с перечислениями или описаниями

33. Перечислите последние 5 стран-хозяек, которые принимали Летние Олимпийские игры

34. Перечислите последние 5 стран-хозяек, которые принимали Зимние Олимпийские игры