

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ  
по предмету «Физическая культура»  
Региональный этап 2023-24 уч. года

**Инструкция по выполнению задания**

Вам предлагаются задания, основанные на содержании образовательных программ основного общего и среднего общего образования углубленного уровня по предмету «Физическая культура». Задания объединены в 6 групп:

**1. Задания в закрытой форме №№ 1-10**, то есть с предложенными вариантами ответов.

Задания № 1-8 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. Ряд заданий оценивается, если отмечены все зачетные варианты. Это условие указано в задании («Отметьте все позиции»). Выбранные варианты отмечаются зачеркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в» или «г», например:

1  а  б  в  г или 2  а  б  в  г

При выполнении заданий № 9-10 ответ цифрами необходимо записать в бланк ответов.

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.

**2. Задания в открытой форме №№ 11-16**, то есть без предложенных вариантов ответов. При выполнении этих заданий необходимо самостоятельно подобрать определения (слова), которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подобранные определения записывайте в соответствующую графу бланка ответов. Записи должны быть разборчивыми.

**3. Задание № 17, предполагающее перечисление.** Записи выполняются в бланке ответов. Записи должны быть разборчивыми.

**4. Задание на установление соответствия № 18.** При выполнении этого задания необходимо установить соответствие между позициями двух представленных списков.

**5. Задание-кроссворд № 19.** Ответы разборчиво (печатными буквами) записывайте в бланк ответов.

**6. Задание-задача № 20.** Решение и полный ответ разборчиво записывайте в бланк ответов.

При выполнении заданий используйте черновик. Записи, выполненные на черновике, не оцениваются.

Контролируйте время выполнения задания. Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов.

**Время выполнения заданий – 45 минут.**

*Слова, написанные с ошибками, оцениваются как неверный ответ.  
Исправления и зачеркивания оцениваются как неверный ответ.*

## Задания в закрытой форме

**1. Первая федерация волейбола в России - Всероссийская федерация волейбола была создана ...**

- а. в 1910 году;
- б. в 1923 году;
- в. в 1957 году;
- г. в 1963 году.

**2. Кто должен нести ответственность за то, что любое получаемое спортсменом медицинское обслуживание не нарушает антидопинговую политику и правила...**

- а. врач спортсмена;
- б. руководитель команды;
- в. спортсмен;
- г. тренер спортсмена.

**3. На Руси издавна существовали игры с мячом, напоминающими футбол, игроки ногами стремились загнать мяч на территорию противника. Одна из таких игр называлась...**

- а. городками;
- б. катанием мяча;
- в. малыга;
- г. шальга.

**4. Упражнения называются координационными, если они ...**

- а. требуют от исполнителя правильности, быстроты, рациональности при выполнении сложных в координационном отношении двигательных действий, а также находчивости в использовании этих действий в различных условиях;
- б. хотя и являются привычными, но выполняются либо при изменении самих движений и двигательных действий, либо условий;
- в. являются новыми и необычными для исполнителя;
- г. все выше перечисленное.

**5. Физические упражнения, используемые для исправления различных деформаций опорно-двигательного аппарата, называются ....**

- а. имитационными;
- б. корригирующими;
- в. общеразвивающими;
- г. подводящими.

**6. Под методами физического воспитания понимаются ...**

- а. конкретные побуждения, причины, заставляющие личность действовать;
- б. основные положения, раскрывающие содержание учебного процесса;
- в. руководящие положения, определяющие организационные формы урока;
- г. способы применения физических упражнений.

**7. Тренирующий эффект физических упражнений обусловлен... Отметьте все позиции.**

- а. временем года;
- б. их интенсивностью;
- в. интервалами между ними;
- г. их продолжительностью.

**8. Перечислите, какие объективные показатели Вы используете в процессе самоконтроля. Отметьте все позиции.**

- а. самочувствие и настроение;
- б. частота дыхания и жизненная емкость легких;
- в. частота сердечных сокращений (пульс) и артериальное давление;
- г. умственная и физическая работоспособность.

**9. Укажите, решение каких задач характерно для подготовительной части урока физической культуры. Ответ цифрами запишите в бланк ответов.**

- 1. активизация внимания;
- 2. коррекция нарушений осанки;
- 3. обучение двигательным действиям;
- 4. постепенная функциональная подготовка организма к предстоящим нагрузкам;
- 5. снижение психического возбуждения;
- 6. совершенствование двигательных способностей.

**10. Из предложенного списка элементов, выберите те, которые относятся к акробатическим. Ответ цифрами запишите в бланк ответов.**

- 1. кувырок назад в упор стоя согнувшись;
- 2. махом одной, толчком другой, подъём переворотом в упор;
- 3. махом одной толчком другой стойка на руках, кувырок вперед;
- 4. оборот вперед в упоре;
- 5. подъём переворотом в упор;
- 6. прыжок боком;
- 7. сальто «Делчева»;
- 8. темповой переворот назад.

### **Задания в открытой форме**

**11. Как в шахматной партии записывается ход «длинная рокировка»?**

**12. Ошибка при выполнении гимнастического упражнения, прекращение действия, не предусмотренное программой, обозначается как...**

**13. Соотношение частей (фаз) движения внутри одного цикла называется ...**

**14. Педагогический процесс освоения способов управления движениями, обозначается как...**

**15. *Негативное состояние перед стартом, характеризующееся пониженным эмоциональным возбуждением, вялостью, отсутствием желания выступать на соревнованиях называется...***

**16. *Штрафной бросок в хоккее называется...***

**Задание, предполагающее перечисление**

**17. *Перечислите виды силовых способностей человека.***

**Задание на установление соответствия**

**18. *Установите соответствие между группами ценностей, накопленными в сфере физической культуры и их смысловым содержанием. Ответ буквами запишите в бланк ответов.***

	<i>Группы ценностей</i>		<i>Смысловое содержание ценностей</i>
1	Двигательные	А	знания о средствах, методах и принципах управления физическим потенциалом человека
2	Интеллектуальные	Б	комплексы методических руководств, рекомендаций по организации форм занятий физическими упражнениями, методики оздоровительной и спортивной тренировки
3	Мобилизационные	В	лучшие образцы моторной деятельности, достигаемые в процессе физического воспитания и спортивной подготовки
4	Технологические	Г	осознание человека себя как личности
		Д	способность к рациональной организации бюджета времени, внутренняя дисциплина, умение противостоять стрессам
		Е	сформированность общественного мнения, престижность физической культуры в обществе

**19. *Решите кроссворд. В бланке ответов запишите название времени игры в видах спорта.***

*По горизонтали:*

4. волейбол
5. баскетбол
6. футбол
7. кёрлинг

*По вертикали:*

1. теннис
2. хоккей
3. бадминтон

## 20. Задание – задача.

Определите, какие две команды из группы выйдут в финал турнира по хоккею с шайбой, если за победу в основное время команда зарабатывает *три очка*, за победу в дополнительное время – *два очка*, за проигрыш в дополнительное время – *одно очко*, за проигрыш в основное время – *0 очков*.

В случае если команды имеют одинаковое количество очков в финальной таблице, победитель определяется по следующим критериям, соблюдая указанный порядок:

- 1) очки, заработанные в играх между равными соперниками;
- 2) разница заброшенных шайб в играх между равными соперниками;
- 3) шайбы, заброшенные в играх между равными соперниками.

«Звезда» – «Старт»	3:2
«Звезда» – «Дружба»	4:3 (доп. время)
«Олимпия» – «Старт»	1:2
«Старт» – «Дружба»	4:3 (доп. время)
«Дружба» – «Олимпия»	2:0
«Звезда» – «Олимпия»	2:0

Решение и его обоснование с указанием названия команд и расчетом количества набранных ими очков, полный ответ на вопрос задачи запишите в бланк ответов.

***Вы выполнили задание.***

***Поздравляем!***