

Теоретико-методические задания

Инструкция по выполнению задания

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к минимуму знаний выпускников основной школы по предмету «Физическая культура».

Задания объединены в 8 групп:

А. Задания в закрытой форме, то есть с предложенными вариантами ответов. Задания 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. Среди них содержатся как правильные, так и неправильные завершения, а также частично соответствующие смыслу утверждений. 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».

Полный правильный ответ оценивается в 1,0 балл, если в ответе содержится хотя бы один неверный ответ, то каждая верная позиция оценивается +0,25 балла, неверная – минус 0,25 балла. Максимальная оценка за ответ – 1,0 балл.

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

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2 балла.

В. Задания «на соответствие», связанные с сопоставлением понятий и определений.

Каждая правильно указанная позиция оценивается в 1 балл. Неправильное указание – 0 баллов.

Г. Задания процессуального или алгоритмического типа.

Правильное решение оценивается в 3 балла. Неправильное решение – 0 баллов.

Д. Задания в форме, предполагающей перечисление известных Вам фактов, характеристик и тому подобного. Записи выполняются на обороте бланка ответов. Записи должны быть разборчивыми. Жюри оценивает каждую представленную Вами позицию.

Полноценно выполненные задания этой группы оцениваются в 3 балла.

Е. Задания с графическими изображениями двигательных действий (пиктограммы). Рисунки выполняются в бланке ответов. Записи должны быть разборчивыми. Жюри оценивает каждую, представленную Вами позицию.

Полноценно выполненные задания этой группы оцениваются в 4 балла.

Ж. Задание-кроссворд. Ответы вписывайте в бланк ответов.

Каждая правильно указанная позиция оценивается в 1 балл. Неправильное указание – 0 баллов.

З. Задание-задача. Ответы вписывайте в бланк ответов.

Полноценно выполненные задания этой группы оцениваются в 4 балла.

Время выполнения заданий – 45 минут.

Контролируйте время выполнения задания. Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов. Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ.

Заполните анкету в бланке ответов: напишите свою фамилию, имя, отчество, город, школу и класс, который Вы представляете.

Контрольные вопросы по инструкции к заданию:

1. Инструкция к тесту мне...

а. Понятна.

б. Понятна отчасти.

в. Понятна не полностью.

г. Не понятна.

2. Вы хотели бы задать вопросы для уточнения задания?

а. Да.

б. Нет.

в. Не знаю.

г. Да, но стесняюсь.

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

А) Задания в закрытой форме с выбором одного или нескольких правильных ответов

1. К какой категории относятся гигиенические факторы, естественные силы природы и физические упражнения?

а. формы физической культуры

в. функции физической культуры

б. методы физической культуры

г. средства физической культуры

2. Физические упражнения – это ...?

а. наиболее рациональный способ выполнения двигательного действия

б. совокупность движений, преследующих решение конкретных задач

в. двигательные действия, специально организованные для решения задач физического воспитания в соответствии с его закономерностями

г. любые двигательные действия, используемые человеком в жизни

3. Какое из контрольных упражнений НЕ входит в нормы ГТО?

а. толкание ядра

б. рывок гири

в. метание гранаты

г. метание мяча

4. Физическое совершенство – это ...?

а. естественный процесс изменения морфофункциональных свойств организма на протяжении индивидуальной жизни

б. наивысший уровень развития физических качеств

в. состояние полного физического, душевного и социального благополучия

г. оптимальная мера всесторонней физической подготовленности и гармоничного физического развития, соответствующая требованиям общества.

5. Укажите, каким способом плавания начинается комбинированная эстафета?

- а. баттерфляй б. на спине в. брасс г. вольный стиль

6. Какой вид испытания не входит в комплекс ГТО?

- а. бег 100 м б. самозащита без оружия
в. спортивное ориентирование г. туристический поход

7. Как называется педагогический процесс, направленный на воспитание физических качеств и развитие функциональных возможностей, создающих благоприятные условия обеспечения жизнедеятельности человека?

- а. физическая готовность б. физическая подготовка
в. физическое совершенство г. физическое развитие

8. Объем физической нагрузки характеризуется ... (Отметьте все позиции)

- а. количеством выполненных упражнений
б. темпом движения
в. затратами времени на занятие
г. частотой сердечных сокращений

9. Существуют два основных способа лазанья по вертикальному канату или шесту: (Отметьте все позиции)

- а. лазанье в один прием б. лазанье в два приема
в. лазанье в три приема г. лазанье в четыре приема.

10. Различают следующие группы лыжных ходов: (Отметьте все позиции)

- а. попеременные б. одновременные
в. комбинированные г. прямолинейные

11. Педагогический процесс, направленный на системное освоение рациональных способов управления своими движениями, приобретение необходимых двигательных навыков, умений, а также связанных с этим процессом знаний, называется:

- а. физкультурным образованием б. физическим воспитанием
в. физическим развитием г. физической культурой

12. Кто был первым председателем Российского олимпийского комитета?

- а. Мартин Клейн б. Вячеслав Срезневский
в. император Николай 2-й г. А. Д. Бутовский

13. Круговая тренировка - это ... (отметить все позиции)

- а. бег по дорожке стадиона или манежа
- б. серийно-интервальное повторение комплекса упражнений (станций) с чередованием различных групп мышц
- в. повторный бег на 1 круг с отдыхом
- г. непрерывное повторение комплекса упражнений (станций) с чередованием различных групп мышц

14. Рекомендованные элементы системы самоконтроля при занятиях физической культурой и спортом включают (отметить все позиции)

- а. педагогический контроль
- б. антропометрические методы
- в. медицинский контроль
- г. ведение дневника тренировок

15. Какие из приведённых факторов отрицательно влияют на проявление человеком гибкости? (отметить все позиции)

- а. правильно проведенная разминка
- б. высокий уровень развития силы
- в. состояние утомления
- г. высокая температура окружающей среды

16. Как в Древней Греции называли подростков и юношей, не достигших 20-летнего возраста, участвовавших в Играх Олимпиад?

- а. эфеб
- б. переодоник
- в. ювенил
- г. триаст

17. Сколько ступеней выделяют при сдаче норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»?

- а. 3
- б. 8
- в. 11
- г. 18

18. Как называется в шахматах замена пешки на другую фигуру (на нового ферзя, ладью, слона или коня того же цвета), когда она при своём ходе продвигается на самую дальнюю от исходного положения горизонталь, и это является частью того же хода?

- а. рокировка
- б. переход
- в. взятие на перехвате
- г. превращение

19. Как называется тип педагогического контроля, реализуемый в ходе занятия?

- а. текущий
- б. этапный
- в. предварительный
- г. оперативный

20. В каком виде спорта существует приём «вбрасывание»? Отметьте все позиции.

- а. хоккей
- б. футбол
- в. флорбол
- г. баскетбол

Б) Задания в открытой форме

Завершите высказывание, вписав соответствующее определение в бланк ответов.

21. Назовите вид спорта в соревновательную программу которого входят: фехтование, плавание, верховая езда (конкур), бег, стрельба ...

22. Положение занимающегося на снаряде, при котором линия плечевого пояса спортсмена проходит выше точек хвата обозначается как ...

23. Положение занимающегося на снаряде, при котором его плечи находятся ниже точек хвата, в гимнастике обозначается как ...

24. Составная часть физической культуры, средство и метод физического воспитания, основанный на использовании соревновательной деятельности и подготовки к ней, в процессе которой сравниваются и оцениваются потенциальные возможности человека, обозначается как ...

В) Задания «на соответствие»

25. Установите соответствие между шахматными фигурами и их описанием.

1. Ладья	А. Самая сильная фигура в шахматах
2. Король	Б. Ходит, а также бьёт фигуры противника по горизонталям и вертикалям во все стороны и на любое доступное для неё расстояние
3. Пешка	В. Один из них ходит только по белым полям, другой только по чёрным
4. Конь	Г. Ходит и бьёт фигуры противника в любом направлении, но только на поля, соседние с его полем
5. Ферзь	Д. Ходит и бьёт фигуры противника в любую сторону, двигаясь как бы по диагонали воображаемого прямоугольника (поля 3х2 или 2х3)
6. Слон	Е. Боевая единица низшей ценности в шахматной игре

Г) Задания процессуального или алгоритмического типа

26. Представьте в виде последовательности виды спорта по мере их возникновения.

а. волейбол б. киберспорт в. панкратион г. сноуборд д. баскетбол е. гандбол

Д) Задания, связанные с перечислением

27. В литературном произведении «Ода спорту», за которое в 1912 году на конкурсе искусств, посвященном Олимпийским играм, Пьер де Кубертен получил высшую награду - золотую медаль, 9 глав. Впишите в бланк ответов слова, соответствующие названию каждой главы: О СПОРТ! ТЫ ... (название каждой главы)

Е) Задания с графическими изображениями двигательных действий

28. Определите по пиктограммам изображенные положения.

Ж) Задание-кроссворд

29. Решите кроссворд, записав ответы-слова в бланке ответов.

По горизонтали		По вертикали	
1.	Середина шахматной партии.	2.	Высшее спортивное звание, которого может добиться шахматист за свою карьеру.
4.	Ситуация в шахматах, когда игроку не хватает времени, чтобы обдумать ход.	3.	Нападение пешкой или конем сразу на две фигуры.
5.	Положение на шахматной доске, при котором любой ход ведёт к проигрышу или ухудшению позиции.	6.	Шахматный дебют, при котором белые или чёрные специально жертвуют лёгкую фигуру (обычно пешку), чтобы быстрее развить свои фигуры или обострить игру.
7.	Восемь полей, которые расположены слева направо на шахматной доске.	8.	Название хода в шахматах, при котором происходит нападение на ферзя соперника.

З) Задание-задача

30. Решите задачу.

Определите результат участника соревнований в лыжных гонках с раздельным стартом, выступавшего под номером 17, если старт был одиночным с интервалом в 30 с, а время его финиша равно 49.28 мин.

В соответствии с официальными правилами соревнований участник под номером «1» уходит на дистанцию в 00.30,00 по секундомеру.

Числовой ответ в мин.сек. запишите в формате 00.00.

Впишите в бланк свой ответ.

Вы выполнили задание.

Поздравляем!

Шифр _____

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ
Муниципальный этап

Фамилия _____ Имя _____ Отчество _____
Город/село _____
Школа _____ Класс _____

БЛАНК ОТВЕТОВ

Шифр _____

Контрольные вопросы по инструкции к тесту:

1 ☐ а ☐ б ☐ в ☐ г

2 ☐ а ☐ б ☐ в ☐ г

А) Задания в закрытой форме

№ вопроса	Варианты ответов				№ вопроса	Варианты ответов			
1	☐ а	☐ б	☐ в	☐ г	11	☐ а	☐ б	☐ в	☐ г
2	☐ а	☐ б	☐ в	☐ г	12	☐ а	☐ б	☐ в	☐ г
3	☐ а	☐ б	☐ в	☐ г	13	☐ а	☐ б	☐ в	☐ г
4	☐ а	☐ б	☐ в	☐ г	14	☐ а	☐ б	☐ в	☐ г
5	☐ а	☐ б	☐ в	☐ г	15	☐ а	☐ б	☐ в	☐ г
6	☐ а	☐ б	☐ в	☐ г	16	☐ а	☐ б	☐ в	☐ г
7	☐ а	☐ б	☐ в	☐ г	17	☐ а	☐ б	☐ в	☐ г
8	☐ а	☐ б	☐ в	☐ г	18	☐ а	☐ б	☐ в	☐ г
9	☐ а	☐ б	☐ в	☐ г	19	☐ а	☐ б	☐ в	☐ г
10	☐ а	☐ б	☐ в	☐ г	20	☐ а	☐ б	☐ в	☐ г

Б) Задания в открытой форме

21 _____ 23 _____
22 _____ 24 _____

В) Задания «на соответствие»

25	1	2	3	4	5	6

Г) Задания процессуального или алгоритмического типа

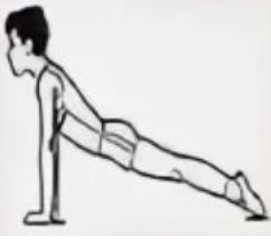
26

--	--	--	--	--	--

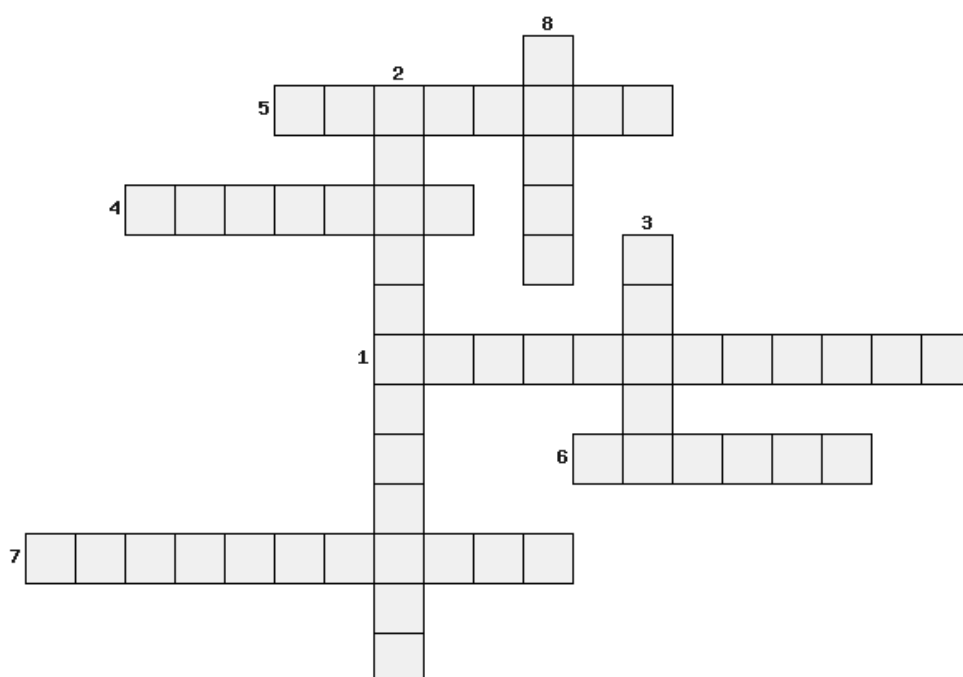
Д) Задания, связанные с перечислением

27. _____

Е) Задания с графическими изображениями двигательных действий
 28. Определите по пиктограммам, изображенные положения.

1	2	3	4
			

29. Ж) Задание-кроссворд



30. Решение: 3) Задание-задача

Ответ

Оценка (слагаемые и сумма)

Подписи членов жюри