

Муниципальный этап Всероссийской олимпиады школьников по предмету «Физическая культура» в 2024– 2025 учебном году

Инструкция по выполнению задания юноши/девушки 9-11 классы

Вам предлагаются задания, основанные на содержании образовательных программ основного общего и среднего общего образования углубленного уровня по предмету «Физическая культура»

Слова, написанные с ошибками, оцениваются как неверный ответ.

Исправления и зачеркивания оцениваются как неверный ответ.

Задания объединены в 7 групп:

1.Задания в закрытой форме №№1-20, т.е. с предложенными вариантами ответов. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильное завершение из предложенных вариантов, среди которых содержатся как правильные, так и неправильные завершения. Правильным является то, которое наиболее полно соответствует смыслу утверждения.

Выбранные варианты отмечаются зачеркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в», «г».

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 сможете вернуться к пропущенному заданию.

2.Задания с выбором правильной последовательности (алгоритма действий) (№21). При выполнении этого задания ответ цифрами необходимо записать в бланк ответов.

3.Задания в открытой форме №№22-27, т.е. без предложенных вариантов ответов. При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подобранные определения вписывайте в соответствующую графу бланка ответов. Записи должны быть разборчивыми.

Слова, написанные с ошибками, оцениваются как неверный ответ.

4.Задания в форме, предполагающее перечисление №28. Записи выполняются в бланке ответов. Записи должны быть разборчивыми.

5.Задания на установление соответствия №№29-30. При выполнении этих заданий необходимо установить соответствие между позициями в представленных списках. Ответы записывайте в соответствующую графу бланка.

6.Задания на выбор верных позиций №31

7.Задание – задача (№32). Решите и ответ запишите в бланке ответов.

При выполнении заданий разрешается использовать черновик. **Записи, выполненные на черновике, не оцениваются.**

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

Время выполнения заданий – 45 минут

**Теоретико-методические задания
9-11 классы**

1.Задания в закрытой форме

- 1. Назовите компонент физической культуры, раскрывающий психофизические способности человека на предельных уровнях.....**
 - а. физическая рекреация;
 - б. спорт;
 - в. физическое воспитание;
 - г. физическая реабилитация;
- 2. В понятие «структура» включается.....**
 - а. количество элементов;
 - б. цели и задачи;
 - в. состав и строение;
 - г. средства и методы.
- 3. Сила движения – это.....**
 - а. пространственная ориентация поступательного движения;
 - б. способность человека преодолевать внешнее сопротивление;
 - в. пространственный рисунок тела и его частей;
 - г. мера физического воздействия тела человека или его части на объекты внешней среды.
- 4. Физические упражнения, используемые для исправления различных деформаций опорно-двигательного аппарата, называются.....**
 - а. корригирующими;
 - б. подводящими;
 - в. имитационными;
 - г. общеразвивающими.
- 5. При подаче в бадминтоне, волан в момент соударения с ракеткой, должен находиться.....**
 - а. не имеет значения, где;
 - б. выше талии игрока;
 - в. ниже талии игрока;
 - г. на уровне линии талии игрока;
- 6. Кто из ученых изучил пропорции тела человека и механику его движений?.....**
 - а. Леонардо де Винчи;
 - б. Франсуа Рабле;
 - в. Ульям Гарвей;
 - г. Ян Амос Коменский.
- 7. «ЛИБЕРО» в волейболе - это.....**
 - а. игрок защиты;
 - б. запасной игрок;
 - в. игрок нападения;

г. капитан команды.

8. Выделите из перечисленных признаков двигательные действия т.е, которые характерны для двигательного умения:

1)нестабильность, 2)слитность, 3)неустойчивость, 4)автоматизированность, 5)излишние мышечные затраты, 6)экономичность.

а. 1,2,3;

б. 1,3,5;

в. 1,3,6;

г. 1,3,4.

9. Кто из женщин - победительниц античных Олимпийских игр был удостоен чести получения бронзовой статуи колесницы и статуи в храме Зевса в Олимпии?.....

а. Гера;

б. Деметра;

в. Киниска;

г. Кассиопея.

10. Кто стал первым официальным чемпионом мира по шахматам?.....

а. Александр Алехин;

б. Вильгейм Стейниц;

в. Михаил Ботвинник;

г. Эммануил Ласкер.

11. Сколько длится разминка непосредственно на игровом столе в настольном теннисе?.....

а. 3 минуты;

б. 1 минута;

в. 5 минут;

г. 2 минуты.

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

а. эфеб;

б. ксен;

в. переодоник;

г. триаст.

13. В каком виде гребли спортсмены соревнуются на бурном участке водного потока?.....

а. гребля на байдарках;

б. народная гребля;

в. гребной слалом;

г. гребля и каноэ.

14. Укажите название спортивного инвентаря, который имел историческое название «Паук».....

а. велосипед;

б. волейбольная сетка;

в. игровые ворота;

г. стартовые колодки.

15. При проведении ортостатической пробы регистрируется.....

- а.** частота дыхания;
- б.** пульс и/или артериальное давление;
- в.** сила мышц;
- г.** гибкость.

16. Какое дополнительное расстояние пройдет биатлонист в эстафете, если он допустил 2 промаха в стрельбе?.....

- а.** 200м;
- б.** 300м;
- в.** 400м;
- г.** 600м.

17. Физические (двигательные) способности - это.....

- а.** величина воздействия физических упражнений на организм занимающихся;
- б.** изменение форм и функций организма вследствие естественного роста;
- в.** наличие спортивного разряда;
- г.** индивидуальные способности, определяющие уровень развития двигательных возможностей человека.

18. По какой части тела фиксируется пересечение створа финишной линии в беге на 1500м?.....

- а.** туловище;
- б.** стопа;
- в.** рука;
- г.** голова.

19. Относительно целостный этап тренировочного процесса продолжительностью от 3 до 6 недель называется.....

- а.** макроцикл;
- б.** микроцикл;
- в.** мезоцикл;
- г.** период.

20. Если во время выполнения метания копья на дальность спортсмен переходит контрольную линию зоны разбега, то.....

- а.** результат засчитывается;
- б.** судья поднимает белый флаг;
- в.** результат не засчитывается;
- г.** ему разрешается дополнительная попытка.

2.Задания с выбором правильной последовательности (алгоритма действий)

21. Укажите стили плавания, и порядок прохождения этапов в комбинированной эстафете 4х100м. Ответ цифрами запишите в бланк ответов.

1. баттерфляй;
2. брасс;
3. вольный стиль (кроль на груди);
4. плавание на спине (кроль на спине);

3.Задания в открытой форме

22. В хоккее штрафной бросок именуется.....

23. Вставьте в текст песни «Спортивный марш» недостающие слова:

Ну-ка 1....., ярче брызги,
Золотыми 2..... обжигай!
Эй, 3.....! Больше жизни!
Поспевай не задерживай, шагай!
Чтобы 4..... и 5..... были молоды,
Были молоды, были молоды,
Ты не бойся ни 6..... и ни 7.....
Закаляйся, как 8.....!
Физкульт-ура!

24. В каком году будут проходить XXV зимние Олимпийские игры.....

25. Прибор для измерения кожно-жировых складок у человека называется.....

26. Вид соревнований в программе античных Олимпиад. Бег на 2 стадии (384,54м) называется.....

27. Система упражнений для женщин, выполняемых в основном изометрическом режиме работы мышц, вызывающих активность глубоко расположенных мышечных групп, без музыки называется

4.Задания на перечисление

28. Перечислите основные пищевые вещества, необходимые для жизнедеятельности организма. Ответ запишите в бланк ответов.

5.Задания на установление соответствия

29. Распределите советских спортсменов – олимпийских чемпионов в хронологической последовательности их побед. Ответ буквами запишите в бланк ответов:

1	1964 год	а	Владимир Сальников (плавание)
2	1968 год	б	Нелли Ким (спортивная гимнастика)
3	1972 год	в	Михаил Воронин (спортивная гимнастика)
4	1976 год	г	Валерий Борзов (легкая атлетика)
5	1980 год	д	Тамара Пресс (легкая атлетика)

30. Установите соответствие функциональных проб и их значений. Ответ буквами запишите в бланк ответов:

	функциональные пробы		значение проб
1	Проба Штанге	а	Проба с задержкой дыхания во время выдоха
2	Проба Генчи	б	Проба с задержкой дыхания во время вдоха
3	Мартине-Кушелевского	в	Проба 20 приседаний за 30 секунд

6.Задание на выбор верных позиций

31. Из предложенного списка определите, какие являются циклическими, а и какие ациклическими видами спорта.

Ответы цифрами запишите в соответствующую клетку в бланке ответов.

- | | |
|----------------------|-------------------------|
| 1.плавание | 6.бокс |
| 2.кикбоксинг | 7.лыжные гонки |
| 3.велосипедный спорт | 8.спортивная гимнастика |
| 4.конькобежный спорт | 9.фехтование |
| 5.тяжелая атлетика | 10.трекинг |

7.Задание – задача

32. Участнику олимпиады по предмету «Физическая культура» предстоит пробежать дистанцию 2000м за 8минут 47 секунд. Рассчитайте время, с каким участник должен бежать каждый круг на стадионе с беговой дорожкой 400м. Запишите решение задачи, ответ должен быть в минутах и секундах с точностью до десятых.

Вы выполнили задание. Поздравляем!