

Инструкция
по выполнению заданий теоретико-методического тура
Всероссийской олимпиады школьников по предмету «Физическая культура»
2023-2024 учебный год

ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП 9-10-11 класс (девушки, юноши)

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к уровню знаний учащихся общеобразовательных школ по предмету «Физическая культура», ответы на которые Вы должны вписать в бланк ответов.

Задания объединены в 6 групп:

1. 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 оцениваются, 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».

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, 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.

3. Задания «на соответствие», на соотнесение понятий и определений, где Вы должны найти правильные связи позиций из двух столбцов таблицы и вписать их в бланке ответов, например: 1 – Б, 2 – Г и т.д. Жюри оценивает каждую, представленную Вами позицию.

4. Задания процессуального или алгоритмического толка, где Вы должны определить последовательность предложенных позиций и вписать цифрами в выделенные поля в бланке ответов.

5. Задания в форме, предполагающей перечисление известных Вам показателей, характеристик. Записи должны быть разборчивыми. Жюри оценивает каждую, представленную Вами позицию.

6. Задание в форме, предполагающей графическое изображение двигательных действий. Рисунки выполняются в бланке ответов. Записи должны быть разборчивыми. Жюри оценивает каждую, представленную Вами позицию.

Контролируйте время выполнения задания.

Полноценное выполнение этого задания потребует больше времени.

Время выполнения заданий – 45 минут.

Задания в закрытой форме

+ 1. **Основопологающие принципы современного олимпизма изложены в...**

- а) Положении об Олимпийской солидарности
- б) Олимпийской клятве
- в) Олимпийской хартии
- г) Официальных разъяснениях МОК

2. **Назовите Римского императора, который в 394 году н.э. запретил олимпийские соревнования?**

26.18
Алфид

- + а) Феодосий I б) Феодосий II в) Нейрон г) Юлиан

3. Контрольное испытание по оценке физической работоспособности с пробеганием максимальной дистанции за 12 минут называется:

- + а) тест Купера б) проба Летунова в) тест Мюллера г) проба Мартине

4. Средствами физической культуры являются:

- а) естественные силы природы
+ б) физические упражнения, естественные силы природы, гигиенические факторы
в) физические упражнения
г) любая физическая деятельность

5. Часть фехтовального оружия, защищающая кисть вооруженной руки спортсмена:

- + а) гарда
б) рукоятка
в) эфес
г) прокладка

6. При ортостатической пробе:

- + а) измеряют максимально возможный выдох
 б) оценивают положение тела в пространстве (лежа, сидя, стоя)
в) применяют статическое натуживание

7. Анатомическими ограничителями движений в суставах являются:

- а) кожа и подкожная клетчатка б) мышцы и связки
 в) суставная капсула и кости г) все выше перечисленное

8. Термин, определяющий тип телосложения человека (отметьте все правильные позиции):

- + а) тяжеловес
б) карлик
✓ в) конституция
✓ г) соматотип

9. Назовите термин, которым в Древней Греции называли занятия физическими упражнениями:

- ✓ а) агонистика б) палестра в) гимнасий г) амфитеатр

10. Сфера социально-культурной деятельности как совокупность видов спорта, сложившаяся в форме соревнований и специальной практики подготовки человека к ним

- а) спорт б) физическая культура
в) физическая рекреация г) спортивная дисциплина

95.

Задания в открытой форме

+ 11. Биомеханическая характеристика, отражающая свойства тела или его частей сохранять свое внутреннее состояние, состояние движения или состояние покоя называется *инертность*

+ 12. Вид упражнений, широко применяемых при использовании метода разучивания по частям называется *методом раздельного упражнения*

+ 13. Главным видом олимпийской программы Древней Греции был *бег*

+ 14. Колебательное движение гимнаста вместе со снарядом называется *кач*

+ 15. Прыжковые упражнения на одной или двух ногах для совершенствования прыгучести и силы ног, обозначается как *акробатически*

106.

Задания «на соответствие»

16. Установите соответствие между именами российских спортсменов, добившихся выдающихся результатов на Олимпийских играх, и видами спорта, в которых они были установлены:

Фамилия и имя спортсмена	Вид спорта
1. Владимир Петрович Куц Е	А) волейбол
2. Лев Иванович Яшин Д	Б) бокс
3. Александр Александрович Карелин Г	В) гимнастика
4. Лариса Семёновна Латынина В	Г) борьба
	Д) футбол
	Е) лёгкая атлетика

17. Установите соответствие между российскими олимпийскими чемпионами Сочи-2014, завоевавшими золотые медали, и видами спорта, в которых они участвовали:

Фамилия и имя спортсмена	Вид спорта
1. Александр Зубков Б Д	а) лыжи
2. Вик Уайлд Г	б) фигурное катание
3. Семен Елистратов Е	в) биатлон
4. Никита Кацалапов Б	г) сноуборд
	д) бобслей
	е) шорт-трек

18. Установите соответствие между талисманом и городом, организатором летних Олимпийских Игр:

Талисман	Олимпийские игры
1. Тигренок Ходори Б	А) Мюнхен, 1972 г.
2. Такса Вальди А	Б) Сеул, 1988 г.
3. Афина и Февос В	В) Афины, 2004 г.
4. Компьютерный персонаж Иззи Д	Г) Барселона, 1992 г.
	Д) Атланта, 1996 г.

19. Установите соответствие между наименованием термина и содержанием термина

Наименование термина	Содержание термина
1. Массовый спорт Д	А) часть спорта, направленная на физическое воспитание и физическую подготовку обучающихся в общеобразовательных организациях, их подготовку к участию и участие в физкультурных мероприятиях и спортивных мероприятиях, в том числе в официальных физкультурных мероприятиях и спортивных мероприятиях
2. Профессиональный спорт Г	Б) часть спорта, направленная на физическое воспитание и физическую подготовку обучающихся в профессиональных образовательных организациях и образовательных организациях высшего образования, их подготовку к участию и участие в физкультурных мероприятиях и спортивных мероприятиях, в том числе в официальных физкультурных мероприятиях и спортивных мероприятиях
3. Школьный спорт А	В) виды спорта, исторически сложившиеся в этнических группах населения, имеющие социально-культурную направленность и развивающиеся на территории Российской Федерации
4. Студенческий спорт Б	Г) часть спорта, направленная на организацию и проведение спортивных соревнований, за участие в которых и подготовку к которым в качестве своей основной деятельности спортсмены получают вознаграждение от организаторов таких соревнований и (или) заработную плату
	Д) часть спорта, направленная на физическое воспитание и физическое развитие граждан посредством проведения организованных и (или) самостоятельных занятий, а также участия в физкультурных мероприятиях и массовых спортивных мероприятиях

20. Сопоставьте названия спортивных игр и имена авторов, сформулировавших их правила:

Вид спортивной игры	Автор, сформулировавший правила игры
1. Волейбол Б	А) Джеймс Нейсмит
2. Баскетбол А	Б) Вильям Морган
3. Гандбол Г	В) Эбенезер Кобб Морли
	Г) Хольгер Нильсен

208.

Задания процессуального или алгоритмического толка

21. Укажите целесообразную последовательность развития специальных видов выносливости в ходе длительного обучения ребенка в школе (впишите цифры в выделенные поля в бланке ответов):

аэробная выносливость

1

анаэробно-гликолитические возможности

2

анаэробно-креатинфосфатные возможности

3

22. Укажите целесообразную последовательность решения задач в процессе обучения двигательным действиям (впишите цифры в выделенные поля в бланке ответов):

Закрепление

3

Разучивание

2

Ознакомление

1

Совершенствование

4

23. Установите последовательность выполнения элементов техники кувырка вперед (впишите цифры в выделенные поля в бланке ответов):

Основная стойка после выполнения упражнения

7

Сильный наклон головы вперед, чтобы коснуться пола не головой, а лопатками

2

Быстрое круговое движение руками для захвата группировки

6

Подтягивание руками пяток к ягодицам

3

Плотная как в перекатах группировка

4

Движение грудью и головой вперед

5

Толчок ногами с одноименным наклоном вперед

1

24. Укажите целесообразную последовательность упражнений наиболее предпочтительную для утренней гимнастики (впишите цифры в выделенные поля в бланке ответов):

Упражнения, увеличивающие гибкость

6

Упражнения на дыхание, расслабление и восстановление

4

Упражнения для ног: выпады, приседания, подскоки

5

Упражнения, активизирующие деятельность сердечнососудистой системы

1

Упражнения, укрепляющие основные мышечные группы
Упражнения, способствующие настрою организма на рабочее состояние

7

3

Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса

2

25. Укажите последовательность расположения отделов позвоночника человека (впишите цифры в выделенные поля в бланке ответов):

- + Грудной
- Крестцовый
- Шейный
- Поясничный
- Копчиковый

12 б.




Задания, связанные с перечислениями

- + 26. Перечислите составные части техники целостного прыжка в длину с разбега (в бланке ответов). *разбег, полёт, приземление*
- + 27. Перечислите 10 видов спорта, классифицируемые как игровые виды спорта (в бланке ответов). *футбол, баскетбол, волейбол, гандбол, хоккей, шахматы, регби, бадминтон, керлинг*
- + 28. Перечислите основные качества, характеризующие физическое развитие человека (в бланке ответов). *сила, быстрота, ловкость, выносливость.*







9 б.

Задания с графическими изображениями двигательных действий (пиктограммы)

29. Запишите графически комплексе утренней гимнастики (в таблицу в бланке ответов):

Описание	Изображение	Оценка
+ 1. Стойка – ноги врозь. Наклоны головы вправо-влево		
+ 2. Широкая стойка. Ноги врозь. Круговые движения руками вперёд		
+ 3. Стойка на одной ноге. Махи свободной ногой в стороны.		

30. Запишите графически положение гимнаста в исходной стойке (в таблицу в бланке ответов):

	Описание	Изображение	Оценка
+	И.П.-стойка, руки вверх		
+	И.П.-стойка, ноги врозь, руки на пояс		
+	И.П.- стойка в полуприседе		
+	И.П.- стойка на правом колене		
+	И.П.- упор сидя		
+	И.П.- стойка на голове		

4,5