

ЗАДАНИЯ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ЭТАПА ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ
ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»
В 2018-2019 УЧЕБНОМ ГОДУ

ПРОГРАММА
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ЧАСТИ

9-11 КЛАССЫ

Правильное решение задания в закрытой форме с выбором одного правильного ответа оценивается в 1 балл, неправильное решение – 0 баллов.

Правильное решение задания в открытой форме, в которых правильный ответ надо дописать, оценивается в 2 балла, неправильное решение – 0 баллов.

В заданиях на соответствие двух столбцов каждый правильный ответ оценивается в 1 балл, а каждый неправильный ответ – 0 баллов.

Правильное решение задания процессуального или алгоритмического толка оценивается в 1 балл, неправильное решение – 0 баллов.

В заданиях, связанных с перечислениями или описаниями, каждая верная позиция оценивается в 0,5 балла (квалифицированная оценка).

В заданиях, связанных с графическими изображениями физических упражнений, каждое верное изображение оценивается в 0,5 балла.

Каждый правильный ответ при выполнении задания-кроссворда оценивается в 2 балла, неправильный ответ – 0 баллов.

Максимальное количество баллов, которое возможно набрать участнику в теоретико-методическом задании формируется из суммы максимально возможных баллов по каждому типу заданий в тестовой форме.

В нашем примере, в теоретико-методическом задании:

- 19 заданий – в закрытой форме;
- 5 задания – в открытой форме;
- 2 задания – на соответствие (4 вопроса в задании);
- 1 задание – процессуального или алгоритмического толка;
- 1 задание – на перечисление;
- 1 задание – с графическим изображением двигательных действий
- 1 задание – кроссворд.

Максимально возможный балл, который может получить участник олимпиады составит:

1 балл x 19 = 19 баллов (задания в закрытой форме);

2 балла x 5 = 10 баллов (задания в открытой форме);

4 балла x 2 = 8 баллов (задание на соответствие);

1 балл x 1 = 1 балл (задание процессуального или алгоритмического толка);

3,5 балла x 1 = 3,5 балла (задание на перечисления);

2,5 балла x 1 = 2,5 балла (задание с графическим изображением);

8 баллов x 1 = 8 баллов (задание-кроссворд).

Итого: (19 + 10 + 8 + 1 + 3,5 + 2,5 + 8) = 52 балла

ЗАДАНИЯ В ЗАКРЫТОЙ ФОРМЕ

- 1. Содержание пентатлона в программе античных Игр Олимпиады составляли состязания в ...**
 - а) плавании, прыжках, метании копья и диска, борьбе
 - б) беге, стрельбе из лука, метании диска и копья, борьбе
 - в) беге, прыжках в длину, метании копья и диска, борьбе
 - г) беге, плавании, метании копья, скачках на лошадях, борьбе
- 2. Факельная эстафета олимпийского огня, зажженного в Олимпии, стала традиционной после Игр ...**
 - а) IX Олимпиады 1928 года (Амстердам, Нидерланды)
 - б) X Олимпиады 1932 года (Лос-Анджелес, США)
 - в) XI Олимпиады 1936 года (Берлин, Германия)
 - г) XIV Олимпиады 1948 года (Лондон, Великобритания)
- 3. Главный олимпийский девиз: «Главное не победа, а участие» появился во время Игр...**
 - а) II Олимпиады 1900 года (Париж, Франция)
 - б) III Олимпиады 1904 года (Сент-Луис, США)
 - в) IV Олимпиады 1908 года (Лондон, Великобритания)
 - г) V Олимпиады 1912 года (Стокгольм, Швеция)
- 4. Честь проведения Олимпийских Игр МОК предоставил НОК России и городу-организатору Сочи на сессии в городе ...**
 - а) Турин (Италия) в 2006 году
 - б) Гватемала (Гватемала) в 2007 году
 - в) Пекин (Китай) в 2008 году
 - г) Копенгаген (Дания) в 2009 году
- 5. Воздействие физических упражнений на организм спортсмена, вызывающее активную реакцию его функциональных систем, называется ...**
 - а) физическим совершенством
 - б) спортивной тренировкой
 - в) физической подготовкой
 - г) нагрузкой
- 6. Годичный цикл спортивной тренировки делится на следующие периоды: ...**
 - а) втягивающий, базовый, восстановительный
 - б) подготовительный соревновательный, переходный
 - в) тренировочный и соревновательный
 - г) осенний, зимний, весенний, летний
- 7. Физическое воспитание с ярко выраженным прикладным эффектом обозначается как...**
 - а) работоспособность
 - б) физическое совершенствование
 - в) физическая подготовка
 - г) обучение движениям и воспитание физических качеств
- 8. Метод непрерывного упражнения с умеренной интенсивностью наиболее целесообразен при воспитании _____ выносливости**
 - а) силовой
 - б) специальной
 - в) общей
 - г) координационной

- 9. Положение борца, при котором он находится на коленях и упирается в ковер руками, в правилах соревнований обозначается термином...**
- а) туше
 - б) партер
 - в) полумост
 - г) упор
- 10. Зона относительной мощности физической работы, в пределах которой частота сердечных сокращений не превышает 130 ударов в минуту обозначается как ...**
- а) умеренная
 - б) разминочная
 - в) оздоровительная
 - г) малая
- 11. Пространственно-временные параметры движений характеризуют ...**
- а) содержание физических упражнений
 - б) внешнюю сторону нагрузки
 - в) техническую подготовленность спортсмена
 - г) форму двигательных действий
- 12. Первая помощь при ушибах мягких тканей:**
- а) холод на место ушиба, покой ушибленной части тела, наложение транспортной шины, обильное теплое питье
 - б) тепло на место ушиба, давящая повязка на область кровоизлияния, покой ушибленной части тела, искусственное дыхание
 - в) холод на место ушиба, давящая повязка на область кровоизлияния, покой ушибленной части тела, конечности придают возвышенное положение
 - г) тепло на место ушиба, давящая повязка на область кровоизлияния, покой ушибленной части тела, конечности придают возвышенное положение
- 13. Два очка в баскетболе засчитываются при броске в корзину...:**
- а) из зоны нападения
 - б) из зоны защиты
 - в) с любой точки площадки
 - г) с любого места внутри трехочковой линии
- 14. Двигательный навык представляет собой способ реализации физических качеств, возникающих на основе...**
- а) двигательного стереотипа
 - б) автоматизации двигательного умения
 - в) сознательного управления движениями
 - г) осуществления неавтоматизированных движений
- 15. Активное удаление общего центра массы тела или отдельных его звеньев от опоры называют...**
- а) перемещением
 - б) отталкиванием
 - в) движением
 - г) махом
- 16. Скелетон является разновидностью ...**
- а) конькобежного спорта
 - б) горнолыжного спорта
 - в) санного спорта
 - г) конного спорта

17. Количество повторений двигательных действий в единицу времени при выполнении упражнений определяет ...
- величину нагрузки
 - объем работы
 - интенсивность работы
 - подготовленность занимающихся
18. Закрытое механическое повреждение тканей и органов, характеризующееся нарушением их функций без явно выраженных морфологических изменений называется ...
- сотрясением
 - ушибом
 - переломом
 - растяжением
19. Процесс, происходящий в организме после завершения упражнения, занятия, заключающийся в переходе физиологических и психических функций к исходному состоянию, обозначается как ...
- реабилитация
 - адаптация
 - восстановление
 - утомление

ЗАДАНИЯ В ОТКРЫТОЙ ФОРМЕ

20. Уровень состояния организма, обусловленный биофункциональными, адаптационными, иммунными возможностями и тенденциями развития индивида характеризует его _____
21. Повышение устойчивости организма к влиянию внешних факторов происходит при использовании естественных сил природы в процессе _____
22. В динамике работоспособности за фазой утомления, вызванной физической нагрузкой, следует фаза _____
23. Приспособление организма к условиям существования обозначается понятием _____
24. Стандартизированное измерение, испытание, проводимое для определения состояния, процессов, свойств или способностей человека обозначается как _____

ЗАДАНИЯ НА СООТВЕТСТВИЕ

25. Установите соответствие!

«Цвет олимпийского кольца»	«Континент»
1. Синий	А. Африка
2. Желтый	Б. Америка
3. Черный	В. Австралия
4. Зеленый	Г. Азия
5. Красный	Д. Европа

26. Установите соответствие!

Прием массажа	Действие
1. Поглаживание	А. Передача телу колебательных движений
2. Растирание	Б. Приподнимание, сдавливание, отжимание тканей
3. Разминание	В. Скольжение рук по коже
4. Вибрация	Г. Смещение, растяжение тканей

ЗАДАНИЕ АЛГОРИТМИЧЕСКОГО ТОЛКА

27. Установите последовательность решения задач в обучении технике физических упражнений: 1-Разучивание, 2-Совершенствование, 3-Ознакомление, 4-Закрепление

- а) 1,2,3,4
- б) 4,3,2,1
- в) 3,1,4,2
- г) 1,3,2,4

ЗАДАНИЕ НА ПЕРЕЧИСЛЕНИЕ

28. Перечислите виды, входящие в программу семиборья у женщин:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.

ЗАДАНИЕ НА ГРАФИЧЕСКОЕ ИЗОБРАЖЕНИЕ

29. Опишите графически следующие исходные положения:

Изображение	Описание
	
	
	
	
	

ЗАДАНИЕ-КРОССВОРД

30. Решите кроссворд на тему «Спортивные города», записав ответы-слова в бланке ответов

По горизонтали		По вертикали	
3	В 2014 году этот город был столицей XXII зимних Олимпийских Игр	1	В 2013 году в этом городе состоялась XXVII Всемирная летняя Универсиада, а в 2018 году прошли матчи Чемпионата Мира по футболу
4	В этом городе в 2019 году состоится XXIX Всемирная зимняя универсиада	2	В 1980 году этот город был столицей XXII летних Олимпийских Игр

