

**ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ
ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП
Теоретико-методические задания
9-11 классы**

Инструкция по выполнению заданий

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

1. Задания в закрытой форме, то есть с предложенными вариантами ответов, из которых один только правильный, либо наиболее полно соответствует смыслу утверждения. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильный вариант из предложенных вариантов. Выбранный вариант отмечается, 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, вместо их выполнения путем догадки. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 1 балл. В заданиях с несколькими вариантами ответа каждый правильный ответ оценивается в 0,25 балла; каждый неправильный ответ – минус 0,25 балла. Если все ответы правильные, то участнику начисляется 1 балл. Если все ответы неправильные – 0 балл.

Общее количество баллов в этой группе составляет 22 балла.

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

Каждое правильно выполненное задание этой группы оценивается в 2 балла.

Общее количество баллов в этой группе составляет 10 баллов.

3. Задания в форме, предполагающей сопоставление, установление соответствия между позициями двух представленных списков. Цифры, обозначающие позиции одного списка, в бланке ответов добавьте к позициям другого списка, обозначенным буквами.

Правильно указанные позиции заданий этой группы оцениваются в 0,5 балла. Неправильно указанные позиции оцениваются в минус 0,5 балла. Полноценно выполненное задание этой группы оценивается в 3 балла.

Общее количество баллов в этой группе составляет 6 баллов.

4. Задания в форме, предполагающей перечисление известных Вам показателей, характеристик, факторов, средств, методов, правил, приемов и тому подобного. Записи выполняются на бланке ответов. Записи должны быть разборчивыми.

Полноценно выполненное задание этой группы оценивается в 5 баллов.

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

Контролируйте время выполнения заданий.

Время выполнения заданий – 45 минут.

Контрольные вопросы по инструкции к заданию:

1. Инструкция к тесту вам понятна?

- А) да понятна
- Б) понятна отчасти
- В) понятна не полностью
- Г) не понятна.

2. Вы хотели бы задать вопросы для уточнения задания?

- А) да
- Б) нет

ЖЕЛАЕМ УСПЕХА!

Задания в закрытой форме

1. Античные Олимпийские игры назывались праздниками мира потому, что:

- а) Игры Олимпиады отличались миролюбивым характером
- б) в период проведения Олимпийских игр прекращались все войны
- в) в Играх принимали участие атлеты всего мира
- г) Олимпийские игры имели мировую известность

2. Физическая культура в рабовладельческом обществе имела:

- а) прикладную направленность
- б) образовательную направленность
- в) воспитательную направленность
- г) военную и оздоровительную направленность

3. Первым президентом Международного олимпийского комитета был избран:

- а) Пьер де Кубертен
- б) Деметриус Викелас
- в) Майкл Килланин
- г) Алексей Бутовский

4. Международный олимпийский день ежегодно отмечается:

- а) 23 февраля
- б) 12 апреля
- в) 23 июня
- г) 10 сентября

5. Физическая культура – это:

а) учреждения и блага, созданные для интенсивного использования физических упражнений в рамках соревновательной деятельности

б) специфическая философия жизни, включающая в себя духовное содержание спорта

в) совокупность социально приобретенных навыков для поддержания хорошей физической формы

г) совокупность общественных идей (цель, формы, мероприятия), существенных для физического совершенствования человека

6. Физическая культура и спорт в России приобретают черты социального института:

- а) в конце 20-х годов XX столетия

- б) в 30-е годы XX столетия
- в) в 40-е годы XX столетия
- г) в 50-е годы XX столетия

7. Реализация цели физического воспитания в современной школе осуществляется в процессе решения:

- а) двигательных, гигиенических и просветительских задач
- б) закаляющих, психологических и философских задач
- в) оздоровительных задач
- г) образовательных, оздоровительных и воспитательных задач

8. Основными средствами физического воспитания являются:

- а) учебные занятия
- б) физические упражнения
- в) средства обучения
- г) средства закаливания

9. Развитию выносливости соответствует режим работы и отдыха, когда каждое последующее упражнение выполняется в фазе:

- а) неполного восстановления работоспособности
- б) полного восстановления работоспособности
- в) сверхвосстановления
- г) повышенной работоспособности

10. К циклическим локомоциям относятся:

- а) метания
- б) прыжки
- в) кувырки
- г) ходьба и бег

11. Для получения тренировочного эффекта старшим школьникам необходимо:

- а) посетить три урока физической культуры по 45 минут
- б) провести 3-4 занятия продолжительностью от 40 до 90 минут
- в) ежедневно выполнять комплексы упражнений
- г) посетить не менее двух занятий по 60 минут

12. Понятие «здоровый образ жизни» характеризуется как:

- а) способ жизнедеятельности индивида, направленный на увеличение продолжительности жизни
- б) культурный феномен, выраженный в заботе о здоровье человека как высшей ценности
- в) способ жизнедеятельности человека, связанный с отказом от вредных привычек
- г) жизненная позиция, при которой активность индивида выражается в систематических занятиях физическими упражнениями

13. Понятия «физическая культура» и «спорт» соотносятся как:

- а) синонимы, используемые для обозначения одного вида деятельности
- б) физическая культура – это направление спортивной деятельности
- в) физическая культура – это часть общей культуры личности, а спорт – явление социальное
- г) спорт является доминирующей формой проявления физической культуры

14. Тесты, проводимые на уроках физической культуры в школе, характеризуют:

- а) уровень физического развития школьников
- б) уровень физической работоспособности учащихся
- в) уровень физического воспитания в школе

г) уровень функциональной подготовленности учащихся

15. Уровень физической подготовленности старшего школьника можно контролировать путем определения величины максимального потребления кислорода (МПК) по методу:

- а) Ромберга
- б) К. Купера
- в) Штанге
- г) Генча

16. Физическое качество, которое совершенствуется при длительном беге в медленном темпе:

- а) сила
- б) быстрота
- в) общая выносливость
- г) специальная выносливость

17. Кинематическими характеристиками движений являются:

- а) скорость
- б) темп
- в) амплитуда
- г) сила тяги

(Отметьте все варианты)

18. В гимнастике положение занимающегося на снаряде, при котором его плечи находятся ниже точек хвата, называется:

- а) захват
- б) упор
- в) группировка
- г) вис

19. Волейбол как спортивная игра появился в конце XIX века:

- а) в Канаде
- б) в Японии
- в) в США
- г) в Германии

20. В волейболе игрок, находящийся в 1-й зоне, при переходе перемещается в зону:

- а) 2
- б) 3
- в) 5
- г) 6

21. Мяч в баскетболе становится «живым», когда:

- а) он достиг своей высшей точки при спорном броске, и отбивается первым игроком
- б) судья передает его в распоряжение игрока, выполняющего штрафной бросок
- в) мяча касается игрок на площадке после вбрасывания из-за пределов площадки
- г) мячом владеет игрок, находящийся на месте вбрасывания вне пределов площадки

22. Высота футбольных ворот составляет:

- а) 240 см
- б) 244 см
- в) 248 см
- г) 250 см

Задания в открытой форме

23. Система упражнений с отягощением, направленная на развитие силы и создание красивого, гармоничного телосложения называется – ...

24. Двигательные действия, которые направлены на решение задач физического воспитания, сформированы и организованы по его закономерностям, называются – ...

25. В гимнастике прыжок со снаряда называется – ...

26. Соревнования между командами классов без выявления личных результатов учащихся называются – ...

27. Занятие физическими упражнениями, направленными на коррекцию фигуры, называется – ...

Задание на установление соответствия

28. Установите соответствие между видами испытаний ВФСК ГТО и проявляемыми двигательными способностями человека:

Виды испытаний комплекса ГТО	Двигательные способности человека
1. Бег на 60 или 100 метров	а) скоростно-силовые способности
2. Прыжок в длину с места	б) координационные способности
3. Метание мяча в цель	в) скоростные способности
4. Подтягивание на перекладине	г) выносливость
5. Наклон из положения стоя	д) гибкость
6. Бег на 2 км	е) силовые способности

29. Установите соответствие между именами татарстанских спортсменов, добившихся выдающихся результатов на Олимпийских играх, и видами спорта, в которых они добились:

Фамилия, имя спортсмена	Вид спорта
1. Галкина-Самитова Гульнара	а) лыжные гонки
2. Колесников Николай	б) легкая атлетика
3. Колесникова Анастасия	в) синхронное плавание
4. Курынов Александр	г) фехтование
5. Никонова Валентина	д) тяжелая атлетика
6. Симашев Федор	е) тяжелая атлетика
7. Хасянова Эльвира	ж) спортивная гимнастика

Задание на перечисление

30. Перечислите города Российской Федерации, где пройдут игры чемпионата мира по футболу в 2018 году:

Вы закончили выполнение заданий.

Поздравляем!

БЛАНК ДЛЯ ОТВЕТОВ
Теоретико-методические задания
школьного этапа Всероссийской олимпиады школьников
по предмету «Физическая культура»
9-11 классы

Шифр _____

Дата _____

Задания в закрытой форме

1	а	б	в	г	12	а	б	в	г
2	а	б	в	г	13	а	б	в	г
3	а	б	в	г	14	а	б	в	г
4	а	б	в	г	15	а	б	в	г
5	а	б	в	г	16	а	б	в	г
6	а	б	в	г	17	а	б	в	г
7	а	б	в	г	18	а	б	в	г
8	а	б	в	г	19	а	б	в	г
9	а	б	в	г	20	а	б	в	г
10	а	б	в	г	21	а	б	в	г
11	а	б	в	г	22	а	б	в	г

Задания в открытой форме

23 _____
24 _____
25 _____
26 _____
27 _____

Задания на установление соответствия

28

1	2	3	4	5	6

29

1	2	3	4	5	6	7

Задание на перечисление

30 _____

Количество баллов _____

Подписи членов жюри:

1. _____
 2. _____
 3. _____

Технология подведения итогов олимпиады

В общем зачете муниципального этапа олимпиады определяются победители и призеры. Итоги подводятся отдельно среди юношей и девушек по группам: 5-6 классы, 7-8 классы и 9-11 классы.

Для определения победителей и призеров олимпиады, а также общего рейтинга участников олимпиады, используется 100-бальная система оценки результатов участников олимпиады. То есть, максимально возможное количество баллов, которое может набрать участник за оба тура олимпиады, составляет 100 баллов. Из них: 25 баллов – за теоретико-методическое задание; 25 баллов- волейбол; 25 баллов- гимнастика; 25 баллов- легкая атлетика. Результаты каждого участника муниципального этапа в волейболе, гимнастике и легкой атлетике переводятся в «зачетные» баллы относительно лучших показанных результатов, а в теоретико-методическом испытании – относительно максимально возможного «зачетного» балла по формулам:

$$X_i = \frac{K * N_i}{M} (1)$$

$$X_i = \frac{K * M}{N_i} (2)$$

Здесь X_i – «зачетный» балл i -го участника;

K – коэффициент (удельный вес) конкретного задания;

N_i – результат i участника в конкретном задании;

M – максимально возможный или лучший результат в конкретном задании.

Формула (1) применяется при выведении «зачетного» балла участнику в теоретико-методическом задании, гимнастике и в волейболе а формула (2) – в легкой атлетике.

Примеры.

Результат участника олимпиады (7-8 классы) в теоретико-методическом задании составил 20 балла ($N_i=20$) из 31 максимально возможных ($M=31$). Удельный вес по данному заданию составляет 25 баллов ($K=25$). Подставляем в формулу (1) значения N_i , K , и M и получаем «зачетный» балл: $X_i= 20*25/31 =16.1$ баллов.

Результат участника олимпиады (7-8 классы) в гимнастике составил 10 балла ($N_i=10$) из 20 максимально возможных ($M=20$). Удельный вес по данному заданию составляет 25 баллов ($K=25$). Подставляем в формулу (1) значения N_i , K , и M и получаем «зачетный» балл: $X_i= 25*10/20 =12,5$ баллов

Результат участника олимпиады (7-8 классы) в волейболе составил 12 балла ($N_i=12$) из 19 максимально возможных ($M=19$). Удельный вес по данному заданию составляет 25 баллов ($K=25$). Подставляем в формулу (1) значения N_i , K , и M и получаем «зачетный» балл: $X_i= 25*12/19 =15,8$ баллов

Результат участника олимпиады в практическом задании по легкой атлетике составил 190,24 сек ($N_i=190,24$), а лучший результат в этом задании составил 160,15 сек ($M=160,15$). Удельный вес по данному заданию составляет 25 баллов ($K=25$). Подставляем в формулу (2) значения N_i , K , и M и получаем «зачетный» балл: $X_i= 25*160,15/190,24 =21,05$ баллов.

Личное место участника в общем зачете определяется по сумме баллов, полученных в результате выполнения всех испытаний. Участник, набравший наибольшую сумму баллов по итогам всех испытаний, является победителем. В случае равных результатов у нескольких участников, победителями

признаются все участники, набравшие одинаковое количество баллов. При определении призеров участники, набравшие равное количество баллов, ранжируются в алфавитном порядке.

Окончательные результаты всех участников фиксируются в итоговой таблице, представляющей собой ранжированный список участников, расположенных по мере убывания набранных ими баллов. Участники с одинаковыми баллами располагаются в алфавитном порядке. На основании итоговой таблицы и в соответствии с квотой, установленной региональным оргкомитетом, жюри определяет победителей и призеров муниципального этапа Олимпиады.