

**ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ
ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»
МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП**

Ключи к теоретико-методические заданиям

9-11 КЛАССЫ

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
б	в	абвг	в	г	в	а	г	б	в г
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
а б	б	б г	а б в	в	г	б г	г	а б	г
21	22	23	24	25					
в	б	в	б	а					

26) интенсивность

27) допинг

28) гемоглобин

29) забег

30) 42 км 195 м

31. 1 – з; 2 – д; 3 – а; 4 – в; 5 – и; 6 – г; 7 – е; 8 – к; 9 – ж; 10 – б.

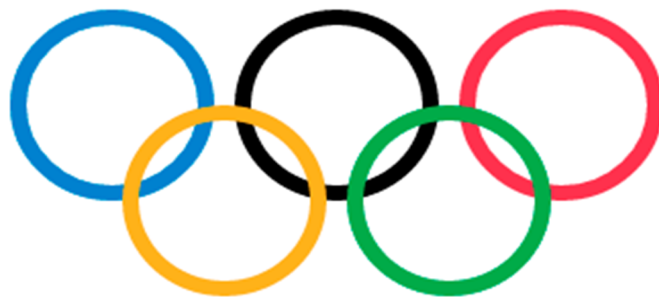
32.

Виды испытаний комплекса ГТО	Обязательные испытания (тесты)	Испытания (тесты) по выбору
1. Бег на 100 метров	+	
2. Прыжок в длину с места		+
3. Метание спортивного снаряда весом 700 г.		+
4. Подтягивание на высокой перекладине	+	
5. Наклон из положения стоя на гимнастической скамье	+	
6. Плавание на 50 метров		+
7. Бег на 2 км или 3 км	+	
8. Стрельба из пневматической винтовки		+
9. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	+	
10. Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин		+

Обязательные виды испытаний:1) бег на 100 метров;2) подтягивание из виса на высокой перекладине (юноши),сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (девушки);3) наклон из положения стоя на гимнастической скамье;4) бег на 2 км или 3 км (юноши).

Испытания (тесты) по выбору:1) прыжок в длину с места;2) метание спортивного снаряда весом 700 г.;3) плавание на 50 метров;4) стрельба из пневматической винтовки;5) поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин.

33. Вверху– синее, черное, красное; **внизу** – желтое, зеленое



34. Второй ученик более вынослив, чем первый. Количественно это различие можно оценить по относительным показателям:

-ЗАПАСУ СКОРОСТИ (ЗС у первого ученика: $51,0:3 - 14,5 = 2,5$ сек.; ЗС у второго ученика: $51,0:3 - 15,0 = 2,0$ сек).

Чем меньше запас скорости, тем выше уровень развития выносливости;

-ИНДЕКСУ ВЫНОСЛИВОСТИ (разность между временем преодоления дистанции и тем временем на этой дистанции, которое показал бы ученик, если бы преодолел ее со скоростью, показываемой им на эталонном отрезке (ИВ у первого ученика: $51,0 - (14,5 \times 3) = 7,5$; ИВ у второго ученика $51,0 - (15,0 \times 3) = 5,0$).

Чем меньше индекс выносливости, тем выше уровень развития выносливости.

35. Цикл Кребса или цикл трикарбоновых кислот.