вcE оссийскхіі олимпізадх 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», «6», «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

*Правильно выполненные задания этои группы оцениваются в 1 балл. В заданиях с несколькими вариантами ответа каждыи правильный ответ оцепивается в 0,25 dалла,- каждыи неправильныи ответ — минус 0,25 dаляа. Если все ответы правильные, то участнику начисяяется 1 dалл. Если все ответы неправильные — 0 dалл.*

*Общее количество баллов в этou группе составляет 22 балла.*

1. **Задания** в открытои форме, то есть без предложенных вариантов ответа. При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подобранное определение вписываите в соответствующую графу бланка ответов.

*Каждое правильно выполненное задание этои группы оценивается в 2 dаляа. Общее количество баллов в этou группе составляет 10 баллов.*

1. **Задания** в форме, предполагающеи **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 задание этou группы оцениваются в 0,5 балла. Неправильно указанные позиции оцениваются в минус 0,5 балла. Пояноценно выполненное задание этou группы оценивается в 3 балла.*

*Общее количество баллов в этou группе составляет 6 баллов.*

1. **Задания** в форме, **предполагающеи перечисление** известных Вам показателеи, характеристик, факторов, средств, методов, правил, приемов и тому подобного. Записи выполняются на бланке ответов. Записи должны быть разборчивыми.

*Полноценно выполненное задание этou группы оценивается в 5 баллов.*

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

Контролируите время выполнения задании.

**Время выполнения задании** — **45 минут.**

Максимальное количество баллов — 43

Контрольные вопросы по инструкции к заданию: 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 УCПEXA.!*

*Задания в закрытой форме*

**Античные Олимпийские игры назывались праздниками мира потому, что:**

а) Игры Олимпиады отличались миролюбивым характером

6) 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

6) образовательную направленность в) воспитательную направленность

г) военную и оздоровительную направленность

Первым президентом Международного олимпийского комитета был **избран:**

а) Пьер де Кубертен

6) Деметриус Викелас в) Майкл Килланин

г) Алексей Бутовский

4. Международный олимпийский день ежегодно отмечается:

а) 23 февраля

6) 12 апреля

в) 23 июня

г) 10 сентября

**Физическая** культура — это:

а) учреждения и блага, созданные для интенсивного использования физических

упражнений в рамках соревновательной деятельности

6) специфическая философия жизни, включающая в себя духовное содержание

СПО]3Ті1

в) совокупность социально приобретенных навыков для поддержания хорошей физической формы

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

1. Физическая культура и спорт в России приобретают черты социального а) в конце 20-x годов XX столетия

6) в 30-е годы XX столетия в) в 40-e годы XX столетия г) в 50-e годы XX столетия

# Реализация цели физического воспитания в современнои школе осуществляется

в процессе решения.

а) двигательных, гигиенических и просветительских задач

6) закаливающих, психологических и философских задач в) оздоровительных задач

г) образовательных, оздоровительных и воспитательных задач

1. Основными средствами физического воспитания являются. а) учебные занятия

6) физические упражнения в) средства обучения

г) средства закаливания

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

а) неполного восстановления работоспособности

6) полного восстановления работоспособности в) сверхвосстановления

г) повышеннои работоспособности

1. К циклическим локомоциям относятся. а) метания

6) прыжки в) кувырки

г) ходьба и 6er

1. Для получения тренировочного эффекта старшим школьникам необходимо. а) посетить три урока физическои культуры по 45 минут

6) провести 3-4 занятия продолжительностью от 40 до 90 минут в) ежедневно выполнять комплексы упражнении

г) посетить не менее двух занятии по 60 минут

1. Понятие «здоровыи образ жизни» характеризуется как.

а) способ жизнедеятельности индивида, направленныи на увеличение продолжительности жизни

6) культурныи феномен, выраженныи в заботе о здоровье человека как высшеи ценности

в) способ жизнедеятельности человека, связанныи с отказом от вредных привычек г) жизненная позиция, при которои активность индивида выражается в

систематических занятиях физическими упражнениями

1. Понятия «физическая культура» и «спорт» соотносятся как.

а) синонимы, используемые для обозначения одного вида деятельности

6) физическая культура — это направление спортивнои деятельности

в) физическая культура — это часть общеи культуры личности, а спорт — явление социальное

г) спорт является доминирующеи формои проявления физическои культуры

1. Тесты, проводимые на уроках физическои культуры в школе, характеризуют. а) уровень физического развития школьников

6) уровень физическои работоспособности учащихся в) уровень физического воспитания в школе

г) уровень функциональной подготовленности учащихся

# Уровень физической подготовленности старшего школьника можно контролировать путем определения величины максимального потребления кислорода (MПK) по методу:

а) Ромберга

6) К. Купера в) Штанге

г) Генча

1. Физическое качество, которое совершенствуется при длительном беге в

# медленном темпе:

а) сила

6) быстрота

в) общая выносливость

г) специальная выносливость

# Кинематическими характеристиками движений являются:

а) скорость

6) темп

в) амплитуда г) сила тяги

*(Ответьте все варианты)*

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

а) захват

6) упор

в) группировка г) вис

# Волейбол как спортивная игра появился в конце **XIX** века:

а) в Канаде

6) в Японии в) в США

г) в Германии

# В волейболе игрок, находящийся в I-й зоне, при переходе перемещается в зону:

а) 2

6) 3

в) 5

г) 6

# Мяч в баскетболе становится «живым», когда:

а) он достиг своей высшей точки при спорном броске, и отбивается первым игроком

6) 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

# Высота футбольных ворот составляет:

а) 240 см

6) 244 см

в) 248 см

г) 250 см

*Задания в открытой форме*

1. Система упражнений с отягощением, направленная на развитие силы и создание красивого, гармоничного телосложения называется — ...
2. Двигательные действия, которые направлены на решение задач физического воспитания, сформированы и организованы по его закономерностям, называются
3. В гимнастике прыжок со снаряда называется —
4. Соревнования между командами классов без выявления личных результатов учащихся называются

# Занятие физическими упражнениями, направленными на коррекцию фигуры,

называется —

*Задание на установление соответствии*

1. Остановите 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 | 6) 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 |

1. Остановите 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 | 6) 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*

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

Вы закончили выполнение заданий.

Поздравляем!

# БЛАНК ДЛЯ OTBETOB

Теоретико-методические задания

школьного этапа Всероссийской олимпиады школьников

# по предмету «Физическая культура» 9-11 классы

 Дата Задания в закрытой форме

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

# Задания в открытой форме 23

24

25

26

27

Задания на установление соответствия

28



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:

Здесь Х — «зачетный» балл i —го участника;

К — коэффициент (удельный вес) конкретного задания; N — результат i участника в конкретном задании;

М — 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.

*Призеры.*

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

Результат участника олимпиады (7-8 классы) в гимнастике составил 10 балла (N =10) из 20 максимально возможных (M=20). Удельный вес по данному заданию

составляет 25 баллов (K=25). Подставляем в формулу (1) значения N , К, и М и получаем

«зачетный» балл: Х = 25\*10/20 =12,5 баллов

Результат участника олимпиады (7-8 классы) в волейболе составил 12 балла (N =12) из 19 максимально возможных (M=19). Удельный вес по данному заданию

составляет 25 баллов (K=25). Подставляем в формулу (1) значения N , К, и М и получаем

«зачетный» балл: Х = 25\*12/19 =15,8 баллов

Результат участника олимпиады в практическом задании по легкой атлетике составил 190,24 сек (N,=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 , К, и М и получаем «зачетный» балл: Х = 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.