

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ 2022–2023 УЧЕБНЫЙ ГОД
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ
9–11 КЛАССЫ

Инструкция по выполнению заданий

Вам предлагаются задания, основанные на содержании образовательных программ основного общего и среднего общего образования, углубленного уровня по предмету «Физическая культура». Задания объединены в 7 групп:

I. Задания в закрытой форме с выбором одного правильного ответа №№ 1-12 из предложенных вариантов. Среди предложенных вариантов ответов содержатся как правильные, так и неправильные, а также частично соответствующие смыслу утверждений. Правильным является тот, который наиболее полно соответствует смыслу утверждения.

1 а б в 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. Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 1,0 балл.

II. Задания в открытой форме, в которых необходимо завершить высказывание №№13-17. При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подбранное определение вписывайте в соответствующую графу бланка ответов. Записи должны быть разборчивыми.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2,0 балла.

III. Задания на соотнесение понятий и определений (в дальнейшем задания «на соответствие») №№ 18-19, в которых необходимо установить соответствие предложенных вариантов ответов определенным понятиям и определениям. Ответы (буквенные обозначения) вписывайте в соответствующую графу бланка ответов. Каждый правильный ответ оценивается в 1,0 балл, максимальный балл за два задания – 10,0 баллов.

IV. Задание процессуального или алгоритмического толка № 20. Правильно выполненное задание этой группы оценивается в 2,0 балла.

V. Задание в форме, предполагающей перечисление известных фактов, показателей, характеристик № 21. Записи выполняйте разборчиво в бланке ответов. Каждая правильно указанная позиция оценивается в 1,0 балл. Максимальный балл за правильно выполненное задание – 3,0 балла.

VI. Задание с иллюстрациями или графическими изображениями двигательных действий (пиктограммы) № 22. Каждое верно описанное графическое изображение оценивается в 2,0 балла, максимальный балл – 10,0 баллов.

VII. Задание-кроссворд № 23. Ответы вписывайте в бланк ответов. Записи должны быть разборчивыми. Каждая правильно указанная позиция оценивается в 1,5 балла, максимальный балл – 18,0 баллов.

VIII. Задание-задача № 24. Решение запишите в бланк ответов. Записи должны быть разборчивыми. Правильно выполненное задание оценивается в 5,0 баллов.

При выполнении заданий №№ 23-24 разрешается использовать черновик.

Записи, выполненные на черновике, не оцениваются.

Время выполнения заданий – 45 минут.

Максимальное количество баллов: 70 баллов.

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

После окончания теоретико-методического задания бланк вопросов, бланк ответов и черновик сдаются организатору в аудитории.

Если у Вас остались вопросы, обратитесь к организатору в аудитории, подняв руку.

Желаем успеха!

I. Задания в закрытой форме с выбором одного правильного ответа

1. В каком году священнослужитель из Элиды древнегреческий атлет Кореб Элидский стал олимпиоником?

- а) в 776 г. до н.э.;
- б) в 394 г. до н.э.;
- в) в 394 г.;
- г) в 776 г.

2. Первые современные летние Олимпийские игры состоялись...

- а) в 1892 году;
- б) в 1894 году;
- в) в 1896 году;
- г) в 1900 году.

3. На Олимпийских играх 2020 года сборная России выступала в статусе...

- а) OAR;
- б) URS;
- в) ROC;
- г) EUN.

4. Пловец – рекордсмен по количеству золотых олимпийских медалей

- а) Майкл Фелпс;
- б) Калев Дрессел;
- в) Сунь Ян;
- г) Александр Попов.

5. Чтобы обеспечить сокращение мышц, кровь должна приносить к ним:

- а) воду, кислород и углекислый газ;
- б) кислород и глюкозу;
- в) воду, глюкозу, кислород и белки;
- г) углекислый газ и воду.

6. В зависимости от особенностей энергетического обеспечения, физические упражнения делятся на ...

- а) аэробные и анаэробные;
- б) координационные и скоростно-силовые;
- в) силовые и скоростные;
- г) циклические и ациклические.

7. Плотное упругое образование из соединительной ткани, посредством которой мышца прикрепляется к костям, называется...

- а) связка;
- б) сухожилие;
- в) фасция;
- г) суставная сумка.

8. Процесс обучения двигательному действию рекомендуется начинать с освоения...

- а) основы техники;
- б) ведущего звена техники;
- в) подводящих упражнений;
- г) исходного положения.

9. Способность как можно дольше удерживать достигнутую максимальную скорость называется...

- а) скоростным индексом;
- б) абсолютным запасом скорости;
- в) скоростной выносливостью;
- г) коэффициентом проявления скоростных способностей.

10. Как называется способность противостоять утомлению, вызываемому относительно продолжительным мышечным напряжением значительной величины?

- а) выносливость;
- б) скоростная выносливость;
- в) силовая ловкость;
- г) силовая выносливость.

11. Чем характеризуются методы упражнения в режиме непрерывной нагрузки?

- а) слитностью воздействий;
- б) минимакс - интервалом;
- в) стандартностью воздействий;
- г) вариативностью воздействий.

12. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами во Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» ГТО для IV и V ступеней является

- а) обязательным тестом;
- б) тестом по выбору;
- в) региональным тестом;
- г) муниципальным тестом.

II. Задания в открытой форме, в которых необходимо завершить высказывание

13. Физические упражнения – это такие двигательные _____ (включая их совокупности), которые направлены на реализацию задач физического воспитания, сформированы и организованы по его _____.

14. В волейболе в составе команды есть специальный игрок, выполняющий только защитные функции, его называют _____.

15. _____ – вид спортивного оружия российской фехтовальщицы олимпийской чемпионки 2016 и 2020 гг. Софьи Великой.

16. Небольшое подпрыгивание на месте или с продвижением называется _____.

17. _____ – фамилия, имя и отчество композитора автора музыкального произведения – гимна Олимпийского комитета России на Олимпийских играх в Токио-2020.

III. Задания «на соответствие»

18. Установите соответствие между двигательными способностями и средствами, их воспитывающими:

1) ловкость	А) подтягивания
2) гибкость	Б) кувырок
3) сила	В) наклоны
4) выносливость	Г) бег на короткие дистанции
5) быстрота	Д) прыжки на скакалке

19. Установите соответствие между видами и разновидностями физической культуры и их процессами:

Виды и разновидности физической культуры	Характер направленности процессов
1) профессионально-прикладная физическая культура	А) обеспечивает сохранение возможности трудиться и вести активный образ жизни лицам с отклонениями в состоянии здоровья
2) спорт	Б) обеспечивает специальную физическую подготовленность к военной деятельности
3) военно-прикладная физическая культура	В) обеспечивает сохранение и восстановление здоровья
4) адаптивная физическая культура	Г) обеспечивает специальную физическую подготовку к профессиональной деятельности
5) лечебная физическая культура	Д) обеспечивает развитие резервных возможностей организма человека, а также их проявление в соревновательной деятельности

IV. Задание процессуального или алгоритмического толка

20. Составьте определение физического качества, используя приведённые ниже слова (каждое слово можно использовать один раз).

Ответ цифрами запишите в бланк ответов.

Сила – это...






1	противостоять
2	человека
3	счёт
4	преодолевать
5	мышечных
6	или
7	внешнее
8	за
9	способность
10	сопротивление
11	усилий
12	ему

V. Задание, предполагающее перечисление известных фактов, показателей, характеристик.

21. Перечислите способы прыжка в длину с разбега в легкой атлетике.

VI. Задания с иллюстрациями или графическими изображениями двигательных действий (пиктограммы).

22. В соответствии с пиктограммами напишите названия видов спорта включенных в программу Олимпийских игр в Токио. Ответ словами запишите в бланк ответа напротив соответствующей буквы.

				
А	Б	В	Г	Д

VII. Задание – кроссворд № 23

Впишите ответы кроссворда в бланк ответов

По вертикали:	По горизонтали:
1. Вид спорта, в котором два игрока/две команды по два человека посылают в сторону соперника при помощи ракеток мяч через сетку.	1. Способность к длительному выполнению какой-либо деятельности без снижения ее интенсивности.
2. Это слово в переводе с греческого языка значит «участник состязания», «борец».	2. Это вид спорта, который включает в себя физические упражнения, требующие равновесия, силы, гибкости, ловкости, координации и выносливости.
3. Способ выполнения движения, с помощью которого решается двигательная задача.	3. Семейство игр на ледовой, тартановой, пластиковой, деревянной или травяной площадке, в котором две команды, используя клюшки, стараются поразить (мячом или шайбой) цель – ворота противника.
4. Вид спорта, командная спортивная игра, цель которой является – направить мяч в сторону соперника так, чтобы он приземлился на их половине.	4. Гимнастический снаряд в виде двух чугунных шаров, соединенных круглой рукояткой.
5. Толчкообразные колебания стенок артерий, связанные с сердечными циклами. Чаше всего измеряется после бега.	5. Крытое помещение, специально построенное и приспособленное для занятий различными видами спорта (легкая атлетика, гимнастика, конный спорт).
6. Соревнования по парусному или гребному спорту, состоящее из серии гонок для судов разных классов.	6. Олимпийский лыжный вид спорта, в состав которого входят лыжная акробатика, могул, ски-кросс, хаф-пайп и слоупстайл.

VIII Задание – задача № 24

На чемпионате мира по хоккею с шайбой в 2014 году сборная России завоевал золотые медали и за 10 игр забросила на 32 шайбы больше, чем пропустила. Найдит количество заброшенных и пропущенных шайб, если известно, что в среднем з каждую игру сумма заброшенных и пропущенных шайб составляет 5,2.

Бланк ответа

I. Задания в закрытой форме, с выбором одного правильного ответа.

№ вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»
1	✓			
2			✓	
3			✓	
4	✓			
5			✓	
6	✓			

№ вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»
7		✓		
8			✓	
9		✓	✓	
10				✓
10	✓			
12		✓		

II. Задания в открытой форме, в которых необходимо завершить высказывание.

№ вопроса	Ответ
13	
14	либеро
15	мез
16	подскок
17	Чайковский

III. Задания «на соответствие».

18.

1	2	3	4	5
Б	В	А	Д	Г

19.

1	2	3	4	5
Г	Д	Б	А	В

IV. Задания процессуального или алгоритмического толка № 20.

9, 2, 4, 7, 10, 6, 1, 12, 8, 3, 5, 11

V. Задание в форме, предполагающей перечисление известных фактов, показателей, характеристик № 21.

Согнуть ноги, прогнуть шею, пожимать

VI. Задания с иллюстрациями или графическими изображениями двигательных действий (пиктограммы) № 22.

А	Б	В	Г	Д
бокс	плавание	фехтование	баскетбол	триатлон
+	-	+	+	+

VII. Задание-кроссворд № 23.

1. Т
Е
И
Н

2. Г
У
М
Н
А
Е
Т
Ц
Е
А
С

3. Т
Е
Х
А

4. В
О
Е
Ц
Б
Л

1. В
Ы
Н
О
С
Л
И
В
О
С
Е
Т
Ь

2. Т
Л
Е
П
У
С

3. Х
О
К
К
Е
И
Л

4. Г
А
Н
Т
В
Л
О
Б
С

5. М
А
Н
Е
Ж
Т

6. Ф
Р
И
С
Т
А
Ц
И
И

VIII Задание – задача № 24.

1) $10 \cdot 5,2 = 52 \text{ м}$

2) $52 + 32 = 2 \times$

$2 \times = 84$

Ответ: 10 шайб прожужелили
42 шайбы забросили

Оценка (слагаемые и сумма баллов) 63 б

Подписи и ФИО членов жюри Пудовкин Д.Ю

Баглей О.С