



**ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ. 2019–2020 уч. г.
МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП. 9–11 КЛАССЫ**

Инструкция по выполнению заданий

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к уровню знаний учащихся общеобразовательных школ по предмету «Физическая культура».

Задания объединены в 7 групп:

I. Задания с выбором одного правильного ответа №№ 1–9. При выполнении этих заданий необходимо выбрать единственный правильный вариант из предложенных. Среди вариантов могут встретиться частично правильные, не подходящие в качестве ответа.

Ряд заданий этой группы оценивается, если отмечены все зачётные варианты. Это условие указано в задании («Отметьте все позиции»).

Выбранный вариант отмечается зачёркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в» или «г». Например:

«а»	«б»	«в»	«г»
X			

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 1 балл.

II. Задания, в которых необходимо вписать ответ №№ 10–13.

При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать недостающие слова, чтобы получилось верное утверждение. Подобранные слова вписывайте в соответствующую графу бланка ответов.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2 балла.

III. Задание на установление последовательности слов № 14.

При выполнении этих заданий необходимо из представленного перечня слов составить определение, вписав номера слов в бланк ответов.

Полностью правильно составленное определение оценивается в 3 балла.

IV. Задания «на соответствие», т. е. на соотнесение понятий или определений №№ 15–16. Каждое верное утверждение этой группы оценивается в 1 балл.

V. Задание – описание гимнастического упражнения № 17.

Необходимо сделать графическую запись физических упражнений, в соответствии с их описанием. Каждое верно описанное упражнение оценивается в 3 балла.

VI. Задания на перечисление № 18. Записи выполняются в бланке ответов.

Каждая верная позиция оценивается в 0,5 баллов.

VII. Задание – задача № 19. Все расчёты (с формулой), ответ записывайте в бланк ответов.

Правильно выполненные все записи и расчёты оцениваются в 3 балла.

Время выполнения всех заданий – 45 минут.

Записи должны быть разборчивыми.

Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ!

Желаем успеха!



I. Задания с выбором одного правильного ответа

Отметьте соответствующий ответ в бланке ответов.

- 1. У подножия какой горы праздновались античные Олимпийские игры?**
 - а) Кронос
 - б) Алфей
 - в) Олимп
 - г) Афон

- 2. Представителем какой страны является первый олимпийский чемпион современности Джеймс Конноли?**
 - а) Греции
 - б) России
 - в) США
 - г) Германии

- 3. В каком виде спорта возможно установить абсолютный рекорд?**
 - а) плавание
 - б) бокс
 - в) баскетбол
 - г) стендовая стрельба

- 4. В каком виде спорта в программе Олимпийских игр проводятся командные соревнования?**
 - а) дзюдо
 - б) тяжелая атлетика
 - в) сёрфинг
 - г) гольф

- 5. Совокупность двигательных действий, которыми владеет ученик в избранном виде двигательной деятельности.**
 - а) освоенность техники
 - б) рациональность техники
 - в) объём техники
 - г) эффективность техники

- 6. Какое из утверждений сформулировано некорректно?**
 - а) кожа защищает организм от проникновения микробов
 - б) выделения потовых и сальных желез кожи препятствуют возникновению кожных заболеваний
 - в) кожа принимает участие в дыхании
 - г) кожа участвует в теплообмене



7. При каком виде повреждения при оказании первой доврачебной помощи на больное место накладывают на 20–30 минут лед, затем повязку?
- а) перелом
 - б) ушиб
 - в) рана
 - г) ссадина

8. В каких испытаниях комплекса ГТО время на выполнение теста ограничено?
- а) поднимание туловища из положения лёжа на спине
 - б) стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку
 - в) бег на 60 метров
 - г) плавание

Отметьте все позиции.

9. Как снизить объём нагрузки в упражнении с внешним отягощением?
- а) снизить вес отягощения
 - б) уменьшить количество повторений
 - в) снизить скорость выполнения упражнения
 - г) уменьшить время отдыха между упражнениями

II. Задания, в которых необходимо вписать ответ

Завершите определение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.

10. Вид спорта, который представляет собой спортивную деятельность, суть которой состоит в перемещении лодки с рулевым или без него путём проталкивания её вперёд за счёт мускульной силы одного или нескольких спортсменов, использующих весла как рычаг с осью вращения, жёстко прикрепленной к корпусу лодки, и сидящих спиной в направлении движения лодки.
11. Химические соединения пищевых продуктов, которые служат основным материалом для строительства клеток и тканей организма.
12. Способность следить за намеченной программой действий и контролировать её в соответствии с поставленными задачами, достижениями.
13. Отсутствие выстрела при выполнении стрельбы вследствие неисправности оружия или патрона.



III. Задание на установление последовательности слов

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

Ответ цифрами запишите в бланк ответов.

«Сила» – это...

- | | |
|-----------------------|-------------------|
| 1. преодолевать | 6. сопротивление, |
| 2. способность | 7. посредством |
| 3. противодействовать | 8. либо |
| 4. ему | 9. напряжений, |
| 5. мышечных | 10. усилий |

IV. Задания «на соответствие»

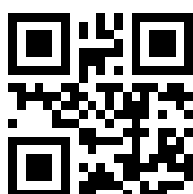
Ответ буквами запишите в бланк ответов.

15. Установите соответствие между спортсменами и видами спорта.

Спортсмены	Виды спорта
1. Александр Попов	А. лёгкая атлетика
2. Андрей Кириленко	Б. футбол
3. Александр Мостовой	В. плавание
4. Елена Исинбаева	Г. биатлон
5. Николай Валув	Д. баскетбол
6. Антон Шипулин	Е. бокс

16. 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



V. Задание – описание гимнастического упражнения

17. Сделайте графическую запись физических упражнений, в соответствии с их описанием. Ответ буквами запишите в бланк ответов.

Упражнение А.


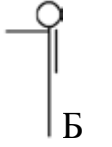
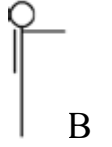

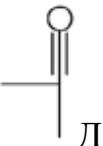

И.П. – основная стойка

1. – правая в сторону

3. – левая в сторону

2 – И.П.

4. – И.П.

 А	 Б	 В
 Г	 Д	 Е

Упражнение Б.

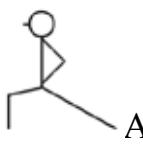

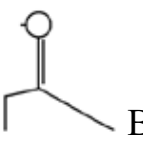
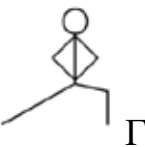
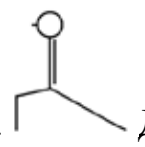


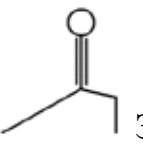

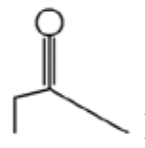
И.П. – стойка руки на пояс

1. – выпад правой

3. – выпад левой

2 – И.П.

4. – И.П.

 л. А	 п. Б	 п. В	 Г	 л. Д
 Е	 Ж	 З	 И	 К

VI. Задания на перечисление. Ответ запишите в бланк ответов.

18. Перечислите предметы художественной гимнастики.

VII. Задание – задача

19. Тренировочная нагрузка в занятии составляет 65 % от максимального веса. При таком задании на тренировку Петя приседает со штангой весом 80 кг. Рассчитайте максимальный вес штанги для Пети в данном упражнении. Формулу, все расчёты и ответ запишите в бланк ответов (результат округлите до целых единиц).

