

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

2024-2025 УЧ.ГОД

ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР 9-11 КЛАССЫ

Инструкция по выполнению заданий

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к уровню знаний учащихся общеобразовательных школ по предмету «Физическая культура». Записи выполняются аккуратно в бланке-ответов.

I. Задания в закрытой форме, т. е. с предложенными вариантами ответов. Каждый правильный ответ оценивается в 1 балл. Если в ответе содержится хотя бы одна неверная позиция, ответ считается неверным.

II. Задание в открытой форме. Каждый правильный ответ оценивается в 2 балла. Ответы с орфографическими ошибками, зачёркиваниями и исправлениями оцениваются как неверный ответ.

III. Задания на соответствие (сопоставление) понятий и определений. Каждый правильный ответ оценивается в 0,5 балл. Ответ с исправлениями оценивается как неверный.

IV. Задания процессуального или алгоритмического толка. Ответ, в котором содержится правильно установленная последовательность оценивается в 2,0 балла. Если в ответе содержится хотя бы одна неверная позиция, ответ считается неверным и оценивается в 0 баллов.

V. Задания, связанные с перечислениями.

Полный верный ответ с указанием вида спорта, правильного написания имени и фамилии оценивается в 2,0 балла. Неправильный ответ оценивается в 0 баллов.

VI. Задание с иллюстрациями или графическими изображениями. Каждое правильное изображение - 1 балл

VII. Задания-кроссворды (ребусы). Каждый правильный ответ оценивается в 1 балл.

VIII. Задания-задачи. Полный верный ответ с записью формулы с указанием единиц измерений, расчета и полного ответа оценивается в 4,0 балла.

Время выполнения заданий – 45 минут.

Контролируйте время выполнения задания.

Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов.

За допущенные участником в ответах орфографические ошибки ответ считается неверным.

Все исправления и зачёркивания квалифицируются как неверный ответ.

Желаем успеха!

Задания в закрытой форме

Выберите один правильный ответ

Задание 1. Когда впервые русские спортсмены участвовали в Олимпийских играх?

- а) Игры II Олимпиады (Париж, Франция, 1900г.)
- б) Игры III Олимпиады (Сент-Луис, США, 1904г.)
- в) Игры IV Олимпиады (Лондон, Англия, 1908г.)
- г) Игры V Олимпиады (Стокгольм, Швеция, 1912г.)

Задание 2. Термин «Олимпиада» означает:

- а) четырехлетний период между Олимпийскими играми;
- б) первый год четырехлетия, наступление которого празднуют Олимпийские игры;
- в) соревнования, проводимые во время Олимпийских игр;
- г) греческая богиня спорта

Задание 3. В каком году Летние Олимпийские игры проводились в нашей стране:

- а) 1944 г;
- б) 1976 г;
- в) 1980 г.;
- г) еще не проводились.

Задание 4. Физическая подготовленность характеризуется:

- а) высокой устойчивостью организма к стрессовым ситуациям
- б) уровнем развития физических качеств
- в) хорошим развитием систем дыхания и кровообращения
- г) высокими результатами в учебной и трудовой деятельности

Задание 5. Укажите норму частоты сердечных сокращений (ЧСС) в покое у

здорового нетренированного человека:

- а) 85-90 уд./мин.
- б) 80-84 уд./мин.

в) 60-80 уд./мин.

г) 150-160 уд./мин.

Задание 6. Основными показателями физического развития человека являются:

а) антропометрические характеристики человека;

б) результаты прыжка в длину с места;

в) результаты в челночном беге;

г) уровень развития общей выносливости.

Задание 7. Физическое упражнение –это:

а) одно из вспомогательных средств физической культуры, направленное на решение конкретной задачи;

б) один из методов физического воспитания;

в) основное средство физической культуры, способствующее решению задач физического воспитания;

г) принцип физического воспитания.

Задание 8. Под физическим развитием понимается:

а) процесс изменения морфофункциональных свойств организма на протяжении жизни человека;

б) процесс совершенствования физических качеств;

в) уровень, обусловленный регулярностью занятий физической культурой и спортом;

г) уровень развития физических качеств.

Задание 9. В каком году был разработан физкультурный комплекс ГТО?

а) 1921 году;

б) 1931 году;

в) 1935 году;

г) 1934 году.

Задание 10. Сколько существует ступеней нормативов комплекса ГТО:

- а) 1 ступень;
- б) 5 ступеней;
- в) 11 ступеней;
- г) 18 ступеней.

Задание 11. Какие виды спорта представляла Россия на Олимпиаде 2024?

- а) Теннис, гребля на байдарках и каноэ, велоспорт
- б) Футбол, волейбол, хоккей
- в) Прыжки в длину с разбега, спринтерский бег, марафон

Задание 12. В каком году проходили Спортивные игры стран БРИКС?

- а) 1894 году
- б) 2020 году
- в) 2021 году
- г) 2024 году

Задание 13. Состояние оптимальной готовности спортсмена к достижению высоких спортивных результатов.

- а) предстартовое состояние
- б) спортивная форма
- в) состояние тренированности
- г) устойчивое состояние

Задание 14. Бег по пересеченной местности называется:

- а) стипль-чез;
- б) марш-бросок;
- в) кросс;
- г) полоса препятствий.

Задание 15. Размеры волейбольной площадки составляют:

- а) 6х9 м;
- б) 9х12 м;
- в) 8х16 м;
- г) 9х18 м.

Задание 16. Гиподинамия – это следствие:

- а) понижения двигательной активности человека;
- б) повышения двигательной активности человека;
- в) нехватки витаминов в организме;
- г) чрезмерного питания.

Задания в открытой форме.

В данных заданиях завершите предложение, вписав правильное продолжение в бланк ответа

Задание 17. Состояние организма, которое возникает под влиянием той или иной работы и характеризуется временным снижением работоспособности, называется

Задание 18. Метод измерения силы сокращения различных мышечных групп называется.....

Задание 19. Специальный игрок в составе волейбольной команды, выполняющий только защитные функции, называется

Задание 20. Искривление позвоночника в правую или левую сторону называется




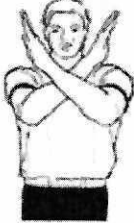

Задания на «соответствие»

Задание 21. Установите соответствие между физическими упражнениями и их характеристиками.

| Название термина | Содержание |
|-------------------------|--|
| 1 – Силовые способности | А – Комплекс различных проявлений человека в определенной двигательной деятельности, в основе которых лежит понятие «сила» |

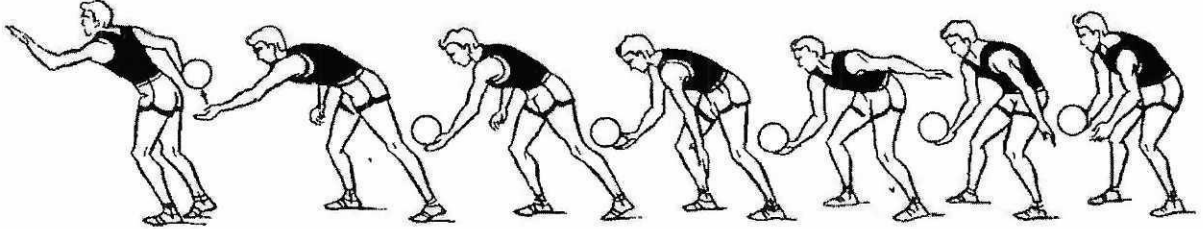
| | |
|--------------------------|--|
| 2 – Силовая выносливость | Б – Способность противостоять утомлению, вызываемому относительно продолжительными мышечными напряжениями значительной величины |
| 3 – Силовая ловкость | В – Способность точно дифференцировать мышечные усилия различной величины и условиях непредвиденных ситуаций и смешанных режимов работы мышц |

Задание 22. Сопоставьте жесты судьи в баскетболе и их значения

| | | |
|---|---|---|
| 1 |  | а. Остановка часов на нарушение (вместе со свистком) или часы не включать |
| 2 |  | б. Отмена попадания или игрового действия |
| 3 |  | в. Замена (одновременно со свистком) |
| 4 |  | г. Остановка часов при фоле (вместе со свистком) |
| 5 |  | д. Тайм-аут (одновременно со свистком) |

Задание процессуального или алгоритмического толка.

Задание 23. Перечислите фазы выполнения нижней прямой подачи в нужной последовательности.



1. Согните колени и наклоните корпус вперед.
2. Ставьте ноги на ширине плеч
3. При попадании мяча на руки, направляйте его в нужном направлении.
4. Держите руки перед собой, запястья должны быть упругими.

Ответ запишите в бланке ответа.

Задание 24. Проранжируйте рекорды, начиная с самого значимого.

- а) национальный рекорд
- б) мировой рекорд
- в) олимпийский рекорд
- г) личный рекорд

Ответ запишите в бланке ответа.

Задания, связанные с перечислениями.

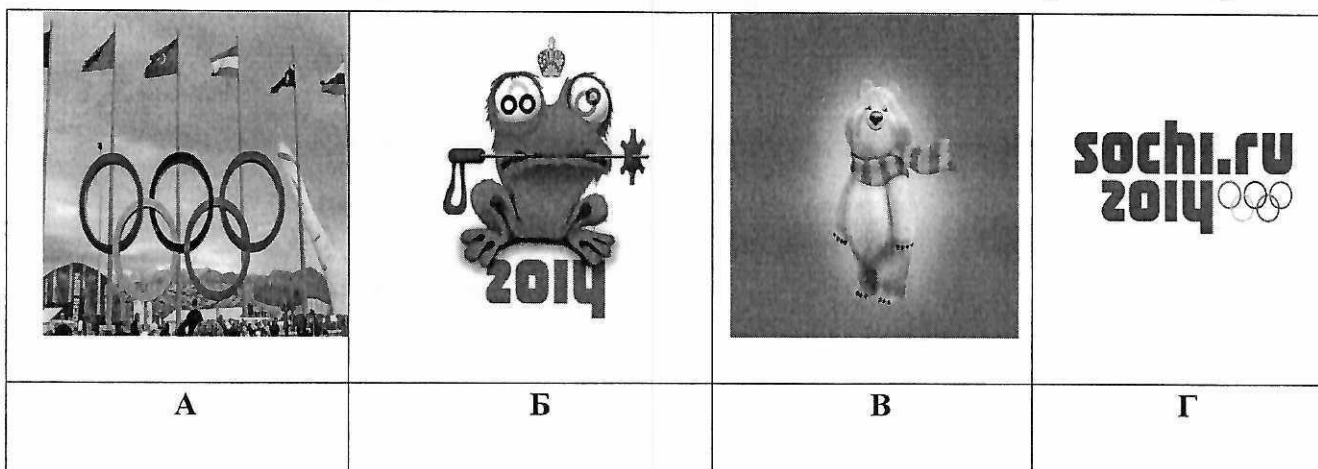
Задание 25. Установите последовательность действий в подготовительной части урока.

- а) общая разминка;
- б) специальная разминка;
- в) вводный ритуал;
- г) установочные действия.

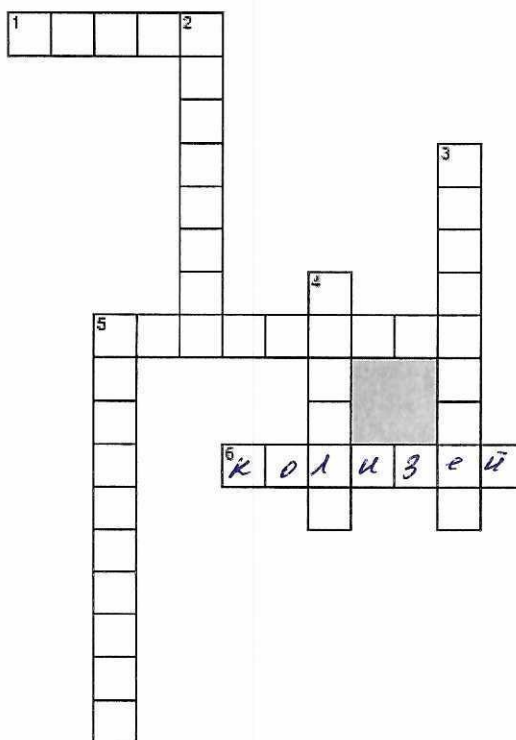
Ответ запишите в бланк ответа.

Задания с графическими изображениями (пиктограммы).

Задание 26. Какая эмблема использовалась на Олимпийских играх 2014 году?



Задание – кроссворд 27.



По горизонтали

1. Какая была награда за победу в Олимпийских состязаниях в античности?
5. Как называлось современное пятиборье в античности?
6. Где проходили Олимпийские игры античности?

По вертикали

2. Кто был президентом МОК в период с 1896-1925гг?

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ,
2024-2025 УЧ.ГОД, ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП, 9-11 КЛАСС

3. Как называли судей на Олимпийских играх в античности?
4. Как называлась единица измерений расстояний в Древней Греции равная 600 футам?
5. Как назывался рукопашный бой, в котором соединялись удары руками, ногами и борцовская техника?

Задание –задача.

Задание 28. Решите задачу.

Какое количество спортсменов уйдёт на дистанцию в лыжных гонках при раздельном старте с интервалом в 30 секунд, когда на стартовых часах будет отображаться 0:15:30?

Ответ и решение запишите в бланке ответов

БЛАНК ОТВЕТОВ

ШИФР ФК-48

I. Задание в закрытой форме

| № вопроса | Варианты ответов | № вопроса | Варианты ответов | № вопроса | Варианты ответов |
|-----------|------------------|-----------|------------------|-----------|------------------|
| 1. | в 0 | 7. | в 1 | 13. | д 1 |
| 2. | в 0 | 8. | д 0 | 14. | д 0 |
| 3. | в 1 | 9. | д 1 | 15. | а 0 |
| 4. | д 1 | 10. | в 0 | 16. | в 0 |
| 5. | в 1 | 11. | а 1 | | |
| 6. | а 1 | 12. | з 1 | | |

II. Задания, в которых необходимо вписать ответ

| № вопроса | Ответ |
|-----------|------------------|
| 17. | усталость 1 |
| 18. | функциональная 2 |
| 19. | развивающийся. 1 |
| 20. | скачок 2 |

21. Задания на установления соответствие между понятиями

| Цифры | Буквы |
|-------|-------|
| 1 | А 0,5 |
| 2 | Б 0,5 |
| 3 | В 0,5 |

22. Задания на установления соответствие между понятиями

| Цифры | Буквы |
|-------|-----------|
| 1 | д 0,5 |
| 2 | а 0,5 |
| 3 | з 0,5 |
| 4 | а в 0,5 0 |

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ,
2024-2025 УЧ.ГОД, ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП, 9-11 КЛАСС

| | |
|---|--------|
| 5 | of 0,5 |
|---|--------|

Задания процессуального и алгоритмического толка

| | |
|------------|-------------------------|
| Задание 23 | 2143 2 |
| Задание 24 | 3045 13042 0 |

Задания предполагающее перечисление известных фактов, характеристик и т.п.

| | |
|------------|----------|
| Задание 25 | 13200 2. |
| Задание 26 | 2 2 |

27. Задание – кроссворд

| Цифры | Слово |
|-----------------|-------|
| 1. | 0 |
| 2. | 0 |
| 3. | 0 |
| 4. | 0 |
| 5 (горизонталь) | 0 |
| 5 (вертикаль) | 0 |
| 6. | 0 |

28. Задание – задача.

Решение 32 0

$$24,58 =$$

24,58 =