

**Муниципальный этап всероссийской олимпиады школьников
по физической культуре 2018 - 2019 учебный год
Теоретическая часть: 9 – 11 класс**

Инструкция по выполнению заданий

Вам предлагаются задания, основанные на содержании основной образовательной программы основного общего образования.

Задания объединены в 8 групп:

1 группа (1 – 20 вопросы) - Задания в закрытой форме, с предложенными вариантами ответов. Задания представлены в форме незавершенных утверждений, которые, при завершении, могут оказаться либо истинными, либо ложными. Правильным является то, которое наиболее полно соответствует смыслу утверждения.

*При выполнении этих заданий, необходимо выбрать только **один** правильный ответ!*

*2 группа (21 - 24 вопросы) – Задания в закрытой форме, с несколькими предложенными вариантами ответов. Это условие указано в задании **«Отметьте все позиции»**. При выполнении этих заданий, необходимо выбрать несколько правильных ответов.*

Выбранные варианты ответов группы 1 и 2 отмечаются зачеркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в» или «г».

3 группа (25 - 26 вопрос) - Задания в которых необходимо установить соответствие между фамилиями прославленных спортсменов и видов спорта в которых они выступали. Ответы вписывайте в соответствующую графу бланка ответов. Жюри оценивает каждую, представленную позицию.

4 группа (27 - 28 вопросы) – Задания предполагают перечисление известных Вам терминов, характеристик, фактов в соответствии с представленными данными. Записи выполняйте в бланке ответов.

5 группа (29 вопрос) – предполагает составление определений и понятий из предложенных слов. Ответы вписывайте в соответствующую графу бланка ответов.

6 группа (30 - 40 вопрос) - Задания в открытой форме, то есть, без предложенных вариантов ответов. При выполнении этого задания, необходимо самостоятельно подобрать вариант ответа, который, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подобранный ответ вписывайте в соответствующую графу бланка ответов. Записи должны быть разборчивыми. Жюри оценивает каждую представленную Вами позицию.

7 группа (41 - 44 вопрос) - Задания предполагают перечисление известных Вам терминов, характеристик, фактов в соответствии с представленной характеристикой.

8 группа (45 вопрос) - Задание-задача. Все расчеты (с формулой), ответы и оценку разборчиво записывайте в бланк ответов.

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.

Все ответы на предложенные задания вписываются в бланк ответов! Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов. Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ.

Время выполнения заданий – 75 минут!

Желаем удачи!

1. Сколько стадионов было задействовано в проведении игр Чемпионата мира по футболу 2018 в России?

- а) 10 б) 11 в) 12 г) 13

2. Какое количество национальных сборных принимало участие в Чемпионате мира по футболу 2018 в России?

- а) 28 б) 32 в) 36 г) 40

3. Кровь возвращается к сердцу...

- а) по артериям б) по капиллярам в) по венам г) по артериолам

4. С какого года в России физическое воспитание становится обязательным предметом в школе по 2 часа в неделю?

- а) с 1920 года б) с 1940 года в) с 1970 года г) с 1976 года

5. Структура процесса обучения двигательным действиям обусловлена...

- а) индивидуальными особенностями обучаемого
б) биомеханическими характеристиками двигательного действия
в) соотношением методов обучения и воспитания
г) закономерностями формирования двигательных навыков

6. К объективным критериям самоконтроля можно отнести...

- а) самочувствие, аппетит, работоспособность
б) частоту дыхания, жизненную ёмкость лёгких (ЖЕЛ), антропометрию
в) нарушение режима, наличие болевых ощущений
г) частоту сердечных сокращений (ЧСС), усталость, аппетит

7. Первым членом Международного олимпийского комитета для России в 1894 году был выбран ...

- а) А.Д. Бутовский б) Г.И. Рибопьер в) Н.А. Панин-Коломенкин г) В.И. Срезневский

8. С чьим именем неразрывно связывается создание отечественной системы физического образования детей и молодёжи?

- а) П.Ф. Лесгафт б) Н.А. Бернштейн в) П.К. Анохин г) П.Я. Гальперин

9. Мышечная система человека состоит из белых и красных мышечных волокон. Красные мышечные волокна (медленно сокращающиеся) предназначены для ...

- а) выполнения кратковременной работы б) выполнения длительной работы
в) работы в изометрическом режиме (статика) г) выполнения смешанной работы

10. Сохранение равновесия тела путем изменения положения его отдельных звеньев называется ...

- а) устойчивость б) равновесие в) баланс г) стойка

11. Способы выполнения двигательных действий, с помощью которых двигательные задачи решаются с относительно большей эффективностью, принято называть...

- а) моделью техники б) техникой двигательных действий
в) техникой физического упражнения г) двигательным навыком

12. В процессе обучения подготовительные упражнения применяются, если...

- а) в двигательном фонде обучающегося отсутствуют опорные элементы
б) используется метод целостно-аналитического упражнения
в) необходимо устранить причины возникновения ошибок
г) обучающийся недостаточно физически развит

13. Продолжительность утренней гигиенической гимнастики должна составлять ...

- а) 3 – 5 мин. б) 8 – 12 мин. в) 20 – 25 мин. г) 30 - 40 мин.

14. «Фоновые» виды физической культуры обеспечивают...

- а) повышение эффективности профессиональной деятельности
- б) достижение нормированных показателей уровня физических способностей
- в) оптимизацию функционального состояния, здоровый отдых и развлечения
- г) восстановление функциональных возможностей организма

15. «Интервальный» режим является наиболее распространенным при воспитании...

- а) общей выносливости
- б) специальной выносливости
- в) скоростно-силовых способностей
- г) элементарных форм проявления быстроты

16. Количество повторений двигательных действий в единицу времени при выполнении упражнений определяет...

- а) величину нагрузки
- б) объем работы
- в) интенсивность работы
- г) подготовленность занимающихся

17. Основную часть урока физической культуры рекомендуется начинать с...

- а) воспитания выносливости
- б) разучивания новых двигательных действий
- в) совершенствования гибкости
- г) закрепления сформированных навыков

18. В каком виде спорта прославились спортсмены Челябинской области Евгений Кузнецов, Сергей Гончар и Вячеслав Войнов?

- а) хоккей
- б) лёгкая атлетика
- в) лыжные гонки
- г) конькобежный спорт

19. В каком виде спорта прославились спортсмены Челябинской области Ольга Фаткулина, Вадим Саутин, Светлана Бажанова?

- а) хоккей
- б) лёгкая атлетика
- в) лыжные гонки
- г) конькобежный спорт

20. Какой показатель характеризует уровень силы мышц предплечья?

- а) спирометрия
- б) пульсометрия
- в) динамометрия
- г) тонометрия

21. Для занятий физической культурой к основной группе здоровья относятся обучающиеся ... (отметьте все позиции)

- а) без нарушений состояния здоровья и физического развития
- б) входящие в группы риска по возникновению заболеваний
- в) с функциональными нарушениями, не повлекшими отставание от сверстников в физическом развитии и физической подготовленности
- г) с нарушениями физического развития, требующими ограничения физических нагрузок

22. Характерными особенностями проявления двигательного умения является... (отметьте все позиции)

- а) автоматизированность действий
- б) отсутствие прочного запоминания
- в) нестабильность
- г) помехоустойчивость

23. Для оценки работоспособности спортсмена целесообразно использовать...

(отметьте все позиции)

- а) эргометрические данные о количестве выполненной им работы
- б) антропометрические данные о составе тела
- в) физиологические данные о динамике частоты пульса и потребления кислорода
- г) биохимические данные о содержании лактата в крови

24. Основными причинами травматизма при выполнении физических упражнений являются ... (отметьте все позиции)

- а) нарушение медицинских требований
- б) неблагоприятные погодные условия
- в) плохое состояние места занятий
- г) чрезмерные нагрузки

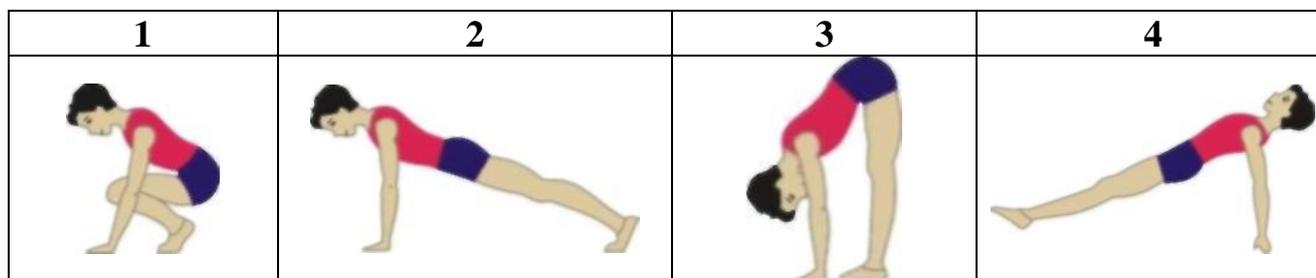
25. Установите соответствие между фамилиями прославленных спортсменов Челябинской области и видом спорта, в котором они выступали.

Фамилия имя спортсмена		Вид спорта	
1	Лидия Скобликова	А	Конькобежный спорт
2	Григорий Веричев	Б	Лёгкая атлетика
3	Валерий Гопин	В	Биатлон
4	Сергей Макаров	Г	Гандбол
5	Екатерина Гамова	Д	Хоккей
6	Светлана Ишмуратова	Е	Бокс
7	Леонид Мосеев	Ж	Дзюдо
8	Анастасия Белякова	З	Волейбол

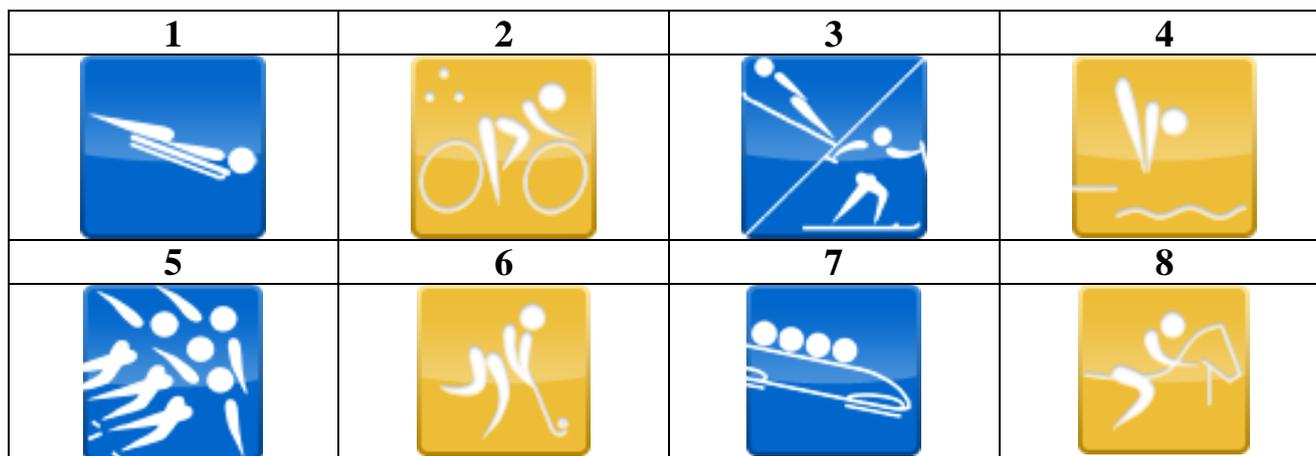
26. Установите соответствие между фамилиями спортсменов и видов спорта, в которых завоёваны медали на XXIII Олимпийских зимних играх 2018 года в г. Пхенчхане.

Фамилия имя спортсмена		Вид спорта	
1	Михаил Коляда	А	Фигурное катание
2	Андрей Ларьков	Б	Лыжные гонки
3	Семён Елистратов	В	Шорт-трек
4	Никита Трегубов	Г	Скейтборд
5	Илья Буров	Д	Фристайл. Акробатика
6	Сергей Ридзик	Е	Фристайл. Ски-кросс
7	Наталья Воронина	Ж	Конькобежный спорт
8	Кирилл Капризов	З	Хоккей с шайбой
9	Юлия Белорукова	И	Лыжное двоеборье
10	Павел Дацюк	К	Бобслей

27. Дайте правильное терминологическое определение представленным позициям на рисунках.



28. Напишите в бланке ответов название олимпийских видов спорта, изображенных на пиктограммах.



29. Закончите определение, используя приведенные ниже слова, вставляя соответствующие цифры в бланк ответов.

При физической работе, в дыхательной системе человека большую роль играют лёгкие, которые осуществляют...

- | | | | |
|------------------|--------------|-------------|----------------|
| 1. органов | 4. вдыхаемым | 7. газов | 10. между |
| 2. обмен | 5. снабжение | 8. и | 11. омоложение |
| 3. перекачивание | 6. воздухом | 9. очищение | 12. кровью |

30. Регистрация биотоков сердца называется...

31. При каком способе спортивного плавания, старт пловцов выполняется из воды?

32. В бланк ответов запишите Фамилию Имя российского спортсмена завоевавшего наибольшее количество медалей на XXIII Олимпийских зимних играх 2018 года в Пхёнчхане?

33. В бланк ответов запишите Фамилию Имя советского и российского путешественника, писателя, художника. Совершил пять кругосветных плаваний, 17 раз пересёк Атлантику, причём один раз на вёсельной лодке.

34. Способность организма изменять своё состояние в ответ на внешнее воздействие в соответствии с характерными особенностями этих воздействий.

35. Как называется функциональная проба с задержкой дыхания на выдохе?

36. Выполнение упражнения, совпадающее по форме с соревновательным, но отличающееся по уровню прилагаемых усилий.

37. Напишите фамилию имя капитана сборной России на ЧМ по футболу 2018 года.

38. Напишите Фамилию Имя футболиста ставшего лучшим бомбардиром сборной России на Чемпионате мира по футболу 2018 года?

39. Самой нежной и щадящей из всех закаливающих процедур водой считается...

40. Напишите Фамилию Имя президента Олимпийского комитета России...

41. Метод определения жизненной ёмкости легких (ЖЕЛ) называется...

42. Перечислите в каких единицах измеряется гибкость человека?

43. Перечислите уровни трудности, которые предусматривает комплекс ГТО.

44. Назовите сходства между Играми олимпиады в Москве 1980 года и Олимпийскими зимними играми в Сочи 2014 года.

45. Перечислите страны участницы ½ финала Чемпионата мира по футболу 2018 года.

46. Перечислите основные физические качества человека.

47. Решите задачу! В результате хронометража урока эксперт определил, что время, которое занимающиеся затратили на выполнение физических упражнений, составило 25 минут, время, затраченное на организацию деятельности учащихся, объяснение, показ (время активной не двигательной деятельности) составило 18 минут, а педагогически неоправданное время (подготовка инвентаря, оборудования, деятельность не связанная с проведением урока) - 2 минуты. Продолжительность урока - 45 минут.

Запишите формулу и рассчитайте моторную (МП) и общую (ОП) плотность урока. Формулы, расчеты и ответ запишите в бланке ответов.

**Муниципальный этап всероссийской олимпиады школьников
по физической культуре 2018 – 2019 учебный год
Теоретико - методическое задание 9 – 11 класс**

БЛАНК ОТВЕТОВ

Шифр _____

№ вопроса	Варианты ответов			
1	А	Б	В	Г
2	А	Б	В	Г
3	А	Б	В	Г
4	А	Б	В	Г
5	А	Б	В	Г
6	А	Б	В	Г
7	А	Б	В	Г
8	А	Б	В	Г
9	А	Б	В	Г
10	А	Б	В	Г
11	А	Б	В	Г
12	А	Б	В	Г
13	А	Б	В	Г
14	А	Б	В	Г
15	А	Б	В	Г
16	А	Б	В	Г
17	А	Б	В	Г
18	А	Б	В	Г
19	А	Б	В	Г
20	А	Б	В	Г
21	А	Б	В	Г
22	А	Б	В	Г
23	А	Б	В	Г
24	А	Б	В	Г

25.

1	2	3	4	5	6	7	8

26.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

27. 1 - _____

2 - _____

3 - _____

4 - _____

28. 1 - _____ 2 - _____
3 - _____ 4 - _____
5 - _____ 6 - _____
7 - _____ 8 - _____

29.

--	--	--	--	--	--	--

- 30 - _____ 31 - _____
32 - _____ 33 - _____
34 - _____ 35 - _____
36 - _____ 37 - _____
38 - _____ 39 - _____
40 - _____ 41 - _____
42 - _____
43 - _____
44 - _____
45 - _____
46 - _____

47.

МП (моторная плотность) формула - _____

МП (моторная плотность) расчет - _____

ОП (общая плотность) формула - _____

ОП (общая плотность) расчет - _____