

Теоретико-методическое задание

Школьный этап всероссийской олимпиады школьников по физической культуре

в 2015-2016 учебном году

9-11 классы.

Задания в закрытой форме

Запишите утверждения, отмечая соответствующие поля бланка ответов.

1. Высшим руководящим органом национальных олимпийских комитетов является

- а. Исполком.
- б. Президиум.
- в. Совет почёта.

г. Олимпийское собрание.

2. Точкой отсчёта возникновения физического воспитания является осознание возможности...

- а. освоения двигательных действий.
- б. воспитания физических качеств.
- в. укрепления здоровья.

г. упражняемости.

3. Паралимпийские игры проводятся, начиная с ...

- а. 1960 года.
- б. 1972 года.
- в. 1980 года.
- г. 1988 года.

4. При составлении комплексов упражнений для увеличения мышечной массы рекомендуется ...

- а. чередовать серии упражнений, включающие в работу разные мышечные группы.
- б. полностью проработать одну группу мышц и только затем переходить к упражнениям, активизирующим другую группу мышц.
- в. использовать упражнения с относительно небольшим отягощением и большим количеством повторений.
- г. планировать большое количество подходов и ограничивать количество повторений в одном подходе

5. Метод непрерывного упражнения с умеренной интенсивностью наиболее целесообразен при воспитании выносливости.

а.общей.....

б.специальной.....

в.силовой.....

г.координационной.....

6. Физическое воспитание с ярко выраженным прикладным эффектом обозначается как

а. работоспособность.

б. физическое совершенствование.

в. физическая подготовка.

г. обучение движениям и воспитание физических качеств.

7. Измерение физической работоспособности человека, в основе которого находится определение мощности работы, обуславливающей повышение частоты сердечных сокращений до 170 уд. в мин. обозначается как ...

а. PWC.

б. Купера.

в. Рорберга

г. Летунова

8. Блокировать подачу принимающей команде.....

а. разрешается только либеро

б. не разрешается

в. разрешается игрокам передней линии

г. не разрешается пока мяч не перейдет на сторону блокирующих

9. О функциональных возможностях внешнего дыхания можно судить по

а. частоте сердечных сокращений (ЧСС) при стандартной нагрузке.

б. максимальному потреблению кислорода (МПК).

в. наличие одышки (НО) при выполнении теста.

г. величине жизненной емкости легких.

10. Сила тяги мышц обусловлена ...

а. их физиологическим поперечником.

б. соотношением быстрых и медленных волокон.

в. внутри – и межмышечной координацией.

г. способностью мобилизовать силовой потенциал.

Отметьте все позиции.

11. Назовите композитора, написавшего Олимпийский гимн.

а. Пьер де Кубертен.

б. Спиридон Ксиндас.

в. Дионисис Саввопулос.

г. Спирос Самарас.

12. Назовите действующего Министра спорта Российской Федерации.

а. Виталий Смирнов.

б. Шамиль Тарпищев.

в. Александр Жуков.

г. Виталий Мутко.

13. С 2013 года президентом МОК является Томас Бах, ставший в 1976 году олимпийским чемпионом в

а. футболе.

б. лёгкой атлетике.

в. фехтовании.

г. стрельбе из лука.

14. Универсальным источником энергии во всех живых организмах является

а.аденозинмонофосфорная кислота.

б.....аденозиндифосфорная кислота.

в.аденозинтрифосфорная кислота.

г.молочная кислота.

15. Пятнадцать зимних спортивных дисциплин, объединённых в олимпийских видов спорта, входили в программу зимних Олимпийских игр 2014.

а. шесть

б. семь

в. восемь

г. девять

Задания в открытой форме

Завершите утверждение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.

16. В футболе мяч, забитый игроком в свои ворота называется..... **автогол**.

17. В волейболе очко, выигранное непосредственно с подачи, когда мяч доведён до пола или произошло только одно касание и мяч ушёл в аут называется **эйс**.

18. Движения тела вокруг вертикальной оси называется... (**поворот**)

19. Вращательное движение тела с последовательным касанием опоры (без переворачивания через голову) называется **перекат**

20. Переворот с поворотом кругом и приземлением на обе ноги называется..... **рондат**.

Задания, связанные с перечислением

21. Кто из известных спортсменов является Почётным гражданином Челябинска?

Харис Юсупов, Леонид Мосеев, Валерий Белоусов, Геннадий Цыгуров, Александр Миллер.

Стоимость 2,5 балла (0,5 за каждый правильный ответ; -0,5 ставится за каждый неправильный ответ).

22. Перечислите виды прыжков в лёгкой атлетике....**прыжки в длину с разбега, тройной прыжок, прыжки с шестом и прыжки в высоту.**

23. Перечислите фамилии российских спортсменов, ставших дважды и более раз чемпионами XXII зимних Олимпийских игр.

А. Воевода и А. Зубков (бобслей), Т. Волосожар и М. Траньков (фигурное катание), Вик Уайлд (сноуборд), Виктор Ан (шорт-трек)

Стоимость 3 балла(0,5 за каждый правильный ответ; -0,5 ставится за каждый неправильный ответ).

24. Перечислите фамилии российских спортсменов ставших Чемпионами XXII Олимпийских зимних Игр в биатлоне (в эстафете).

Д. Малышко, А.Волков, Е. Устюгов, А. Шипулин

Стоимость 2 балла (0,5 за каждый правильный ответ; -0,5 ставится за каждый неправильный ответ).

Задания, связанные с сопоставлением

25. Сопоставьте имена и фамилии, представленных в списке известных Челябинских спортсменов, обозначенных цифрами, с их видами спорта, обозначенных буквами.

- | | |
|---------------------|-----------------------|
| 1. Лидия Скобликова | а. лёгкая атлетика |
| 2. Сергей Макаров | б. гандбол |
| 3. Григорий Веричев | в. конькобежный спорт |
| 4. Елена Елесина | г. дзюдо |
| 5. Валерий Гопин | д. хоккей |

Стоимость 1 балл (0,2 за каждый правильный ответ; -0,2 за каждый неправильный ответ).

1. __в__ 2. __д__ 3. __г__ 4. __а__ 5. __б__

26. Сопоставьте направленность основных разновидностей физической культуры и спорта (обозначенных цифрами) с их принятыми обозначениями (буквами).

Разновидности физической культуры.

1. **Базовая физическая культура.**
 2. **Спорт.**
 3. **Лечебная физическая культура.**
 4. **Профессионально-прикладная физическая культура.**
- а. Обеспечение физической подготовленности человека к жизни.
б. Достижение индивидуального максимума развития.
в. Подготовки к профессиональной деятельности.
г. Сохранения и восстановления здоровья.

1_а__ 2__б_ 3__г__ 4__в__

Стоимость 1 балл (0,25 за каждый правильный ответ; -0,25 за каждый неправильный ответ).

27. Выберите из предложенных вариантов тот, в котором появление разновидностей техники прыжка в высоту с разбега представлено в хронологическом порядке, начиная с самого раннего.

1. «Фосбюри-флоп».
 2. «Перекидной».
 3. «Перекат».
 4. «Волна».
 5. «Перешагивание».
- а. 1,2,3,4,5 **в. 5,4,3,2,1**
б. 2,4,1,3,5 г. 5,3,2,4,1

28. XV Чемпионат Европы по футболу 2016 года пройдёт в

- а. Франции.**
б. Турции.
в. Италии.
г. России.

29. Назовите город, который является лидером по количеству проведённых Олимпиад.

А. Париж.

Б. Афины.

В. Лондон.

Г. Берлин.

30. В 2014 г. Правительство РФ разработало и приняло ряд документов, направленных на воссоздание комплекса ГТО. Сколько возрастных ступеней представлено в новом комплексе ГТО?

Укажите числовое значение _____

ТЕХНОЛОГИЯ

оценки качества выполнения теоретико-методического задания.

Школьный этап Всероссийской олимпиады школьников по физической культуре

в 2015-2016 учебном году.

9-11 классы.

Задания в закрытой форме

Правильный ответ оценивается в **1 балл**

- | | |
|------|-----------|
| 1. г | 9. г |
| 2. г | 10. а в г |
| 3. а | 11. г |
| 4. б | 12. г |
| 5. а | 13. в |
| 6. в | 14. в |
| 7. а | 15. б |
| 8. б | |

Задания в открытой форме

Завершите утверждение, вписав соответствующее слово

Правильный ответ оценивается в **1,5 балла**

16.автогол
17.эйс
18. ...поворот
19.перекат
20. рондат

Задания, связанные с перечислением

21. Харис Юсупов, Леонид Мосеев, Валерий Белоусов, Геннадий Цыгуров, Александр Миллер.

Стоимость **2,5 балла** (0,5 за каждый правильный ответ; -0,5 ставится за каждый неправильный ответ).

22. прыжки в длину с разбега, тройной прыжок, прыжки с шестом, прыжки в высоту.

Стоимость **2 балла** (0,5 за каждый правильный ответ; -0,5 ставится за каждый неправильный ответ).

23. А. Воевода и А. Зубков (бобслей), Т. Волосожар и М. Траньков (фигурное катание), Вик Уайлд (сноуборд), Виктор Ан (шорт-трек)

Стоимость **3 балла** (0,5 за каждый правильный ответ; -0,5 ставится за каждый неправильный ответ).

24. Д. Малышко, А. Волков, Е. Устюгов, А. Шипулин

Стоимость **2 балла** (0,5 за каждый правильный ответ; - 0,5 ставится за каждый неправильный ответ).

25. 1. в 2. д 3. г 4. а 5. б

Стоимость **1 балл** (0,2 за каждый правильный ответ; - 0,2 за каждый неправильный ответ).

26. 1. а 2. б 3. г 4. в

Стоимость **1 балл** (0,25 за каждый правильный ответ; - 0,25 за каждый неправильный ответ).

Задания в закрытой форме

Правильный ответ оценивается в **1 балл**

27. в.

28. а

29. в

30. Укажите числовое значение 11.

Правильный ответ оценивается в **1 балл**