

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) 6x9 м;
- б) 9x12 м;
- в) 8x16 м;
- г) 9x18 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 *переутомление*

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

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

Задание 20. Искривление позвоночника в правую или левую сторону называется *сколиоз*

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»

1 - А ; 2 - Б ; 3 - В

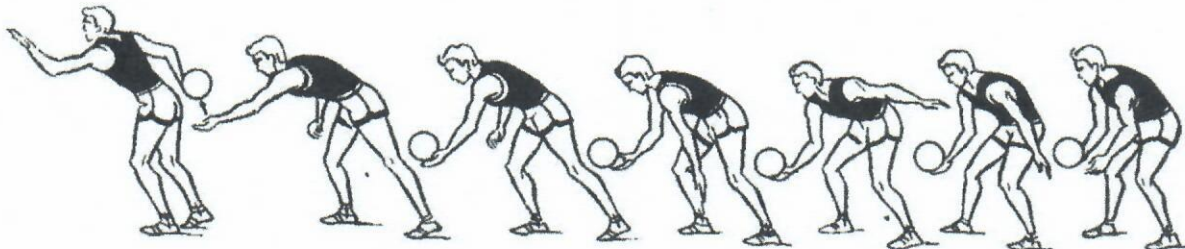
2 – Силовая выносливость	Б – Способность противостоять утомлению, вызываемому относительно продолжительными мышечными напряжениями значительной величины
3 – Силовая ловкость	В – Способность точно дифференцировать мышечные усилия различной величины и условиях непредвиденных ситуаций и смешанных режимов 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	В
2		б. Отмена попадания или игрового действия	Б
3		в. Замена (одновременно со свистком)	А
4		г. Остановка часов при фоле (вместе со свистком)	Г
5		д. Тайм-аут (одновременно со свистком)	Д

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.

2143

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

гавб

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.

бавг

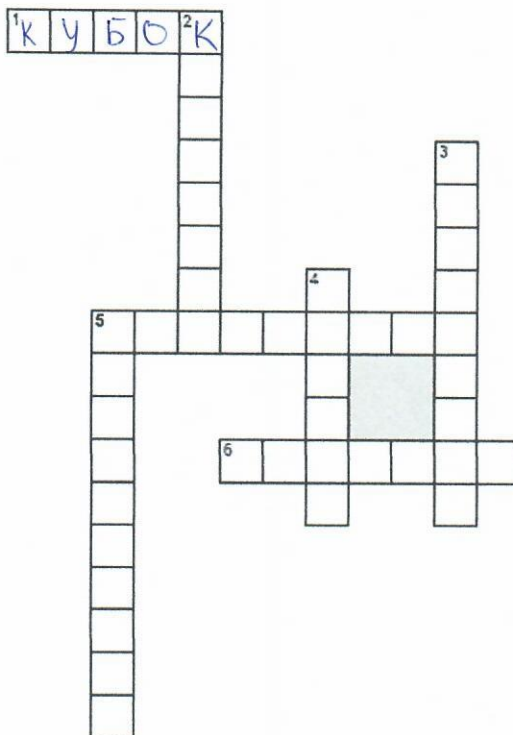
Ответ запишите в бланк ответа.

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 11 ФК-11

I. Задание в закрытой форме

№ вопроса	Варианты ответов	№ вопроса	Варианты ответов	№ вопроса	Варианты ответов
1.	δ -	7.	β +	13.	α -
2.	α +	8.	β -	14.	β +
3.	δ -	9.	β -	15.	z +
4.	δ +	10.	β -	16.	α +
5.	β +	11.	α +		
6.	Γ	12.	δ -		

85

II. Задания, в которых необходимо вписать ответ

№ вопроса	Ответ
17.	переворот
18.	
19.	либеро +
20.	скользя +

21. Задания на установления соответствие между понятиями

40

Цифры	Буквы
1	А +
2	Б +
3	В +

155
,

22. Задания на установления соответствие между понятиями

Цифры	Буквы
1	В -
2	Б -
3	А -
4	Γ -

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

5	Д	А - 05
---	---	--------

Задания процессуального и алгоритмического толка

Задание 23	2113	25
Задание 24	Г А В Б	—

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

Задание 25	Б А В Г	—
Задание 26	В	—

27. Задание – кроссворд

Цифры	Слово
1.	КУБОК —
2.	
3.	
4.	
5 (горизонталь)	
5 (вертикаль)	
6.	

05

28. Задание – задача.

Решение _____

05.

165