Шифр Фа - 10 - 4

Ставропольский край
Муниципальный этап всероссийской олимпиады школьников
2018/19 учебного года

Работа по физической культуре

ученика (цы) 10 класса
муниципального казённого (бюджетного) учреждения
«Средняя общеобразовательная школа № 14»
Андроповского муниципального района

Малеванной Екатерины Андреевны.
(ФИО полностью)

Преподаватель Замаева Марина Ивановна.
(ФИО полностью)

10 ноября 2018 года

Фа-10-4

Ставропольский край
Муниципальный этап всероссийской олимпиады школьников
2018/19 учебного года
Физическая культура
9-11 КЛАСС

## ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Инструкция по выполнению заданий

**Уважаемый участник!** Вам предлагается 30 заданий, соответствующих требованиям к уровню знаний учащихся общеобразовательных школ по предмету «Физическая культура».

Задания объединены в 7 групп:

1. **Задания в закрытой форме**, то есть задания предполагают предложенные варианты ответов. К каждому вопросу предложено 4 варианта ответа. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильное завершение из предложенных вариантов. Внимательно читайте вопросы и предлагаемые варианты ответов. Ваша задача заключается в выборе одного из четырех вариантов ответа, который, по Вашему мнению, является правильным. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор.

Выбранные Вами ответы отмечаются зачеркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов, позволяющим получить однозначное представление о сделанном Вами выборе.

***Правильное решение задания в закрытой форме с выбором одного правильного ответа оценивается в 1 балл, неправильное – 0 баллов.***

2. **Задания в открытой форме**, то есть без предложенных вариантов ответов. При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать ответ, который завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подобранный ответ вписывайте в соответствующую графу бланка ответов.

***Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2 балла, неправильное – 0 баллов.***

3. **Задания на соответствие,** то есть задания, в которых элементы одного множества требуется поставить в соответствие с элементами другого множества.

***В заданиях на соответствие двух столбцов каждый правильный ответ оценивается в 1 балл, каждый неправильный ответ – 0 баллов.***

4. **Задания процессуального или алгоритмического толка,** то есть задания, в которых требуется определить целесообразную последовательность явлений, фактов.

***Правильное решение задания оценивается в 1 балл, неправильное решение – 0 баллов.***

5. **Задания в форме, предполагающей перечисление** известных Вам фактов, характеристик и тому подобного. Записи должны быть разборчивыми. Жюри оценивает каждую, предоставленную Вами позицию.

***В выполненном задании, связанном с перечислениями или описаниями, каждая верная позиция оценивается в 0,5 балла.***

6. **Задание, связанное с графическими изображениями двигательных действий,** то есть задания, в которых Вам необходимо изобразить схематически заданные изменения.

***В выполненном задании, связанном с графическими изображениями каждое верное изображение оценивается в 0,5 балла***

7. **Задание-кроссворд**

***Каждый правильный ответ в выполненном задании-кроссворд оценивается в 2 балла, неправильный ответ- 0 баллов.***

**Максимально возможный балл, который может получить участник олимпиады составляет 53 балла.**

**Время выполнения заданий – 45 минут.**

Будьте внимательны, отмечая правильные ответы в бланке. Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ.

Желаем успеха!

## ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

**1. Судей на Священных Олимпийских играх называли…**

| | |
|---|---|
| (А) | олимпиониками |
| Б | элланодиками |
| В | спартанцами |
| Г | агонистиками |

**2. В Древней Греции игра, подобная футболу называлась …**

| | |
|---|---|
| А | сферобол |
| Б | соккер |
| В | кэмари |
| (Г) | кикер |

**3. В античных олимпийских играх бег на выносливость назывался…**

| | |
|---|---|
| А | рунинг |
| Б | стадий |
| В | джоггинг |
| (Г) | долиходром |

**4. Л XXXII Летние олимпийские игры в 2020 году пройдут…**

| | |
|---|---|
| А | Париж (Франция) |
| (Б) | Токио (Япония) |
| В | Атланта (США) |
| Г | Рио-де-Жанейро (Бразилия) |

**5. Президентом Олимпийского комитета России является…**

| | |
|---|---|
| (А) | Александр Дмитриевич Жуков |
| Б | Виталий Георгиевич Смирнов |
| В | Станислав Алексеевич Поздняков |
| Г | Виталий Леонтьевич Мутко |

**6. Тип двигательной активности, в которой играющий выполняет свои действия в соответствии с целями и сюжетом игры, называют…**

| | |
|---|---|
| (А) | Спортивно-игровая деятельность |
| Б | Физкультурно-игровая деятельность |
| В | Подвижно-игровая деятельность |
| Г | Двигательно-развивающая деятельность |

**7. Конкретная деятельность личности по достижению здорового образа жизни называют…**

| | |
|---|---|
| (А) | здоровый стиль жизни |
| Б | здоровьесберегающая технология |
| В | здоровый режим жизни |
| Г | правила жизнедеятельности человека |

8. Процесс в организме после прекращения работы и заключающийся в постепенном переходе физиологических и биохимических функций к исходному состоянию, называют ...

| | |
|---|---|
| А | релаксацией |
| Б | отдыхом |
| В | рекреологией |
| Г | восстановление |

9. Показатель, отражающий функциональные возможности системы дыхание определяется с помощью ...

| | |
|---|---|
| А | эргометра |
| Б | диномометра |
| В | спирометра |
| Г | амперметра |

10. Степень владения действием, при котором управление движениями происходит автоматизированно, не требует специально направленного на них внимания...

| | |
|---|---|
| А | двигательное умение |
| Б | двигательный навык |
| В | двигательный стереотип |
| Г | двигательный перенос |

11. Игровая функция каждого игрока в команде называется...

| | |
|---|---|
| А | амплуа |
| Б | роль |
| В | должность |
| Г | место |

12. Преимущество, предоставляемое более слабому участнику для уравнивания шансов на успех в спортивных состязаниях, называется...

| | |
|---|---|
| А | лобовым или атакующим |
| Б | шадящим или усиленным |
| В | обманным или прямолинейным |
| Г | одиночным или групповым |

13. В спортивных играх обманное движение, ложный выпад называется ...

| | |
|---|---|
| А | манипуляция |
| Б | обводка |
| В | маневр |
| Г | финт |

14. Сложными азото-содержащими веществами, составной частью которых являются аминокислоты называются ...

| | |
|---|---|
| А | белки |
| Б | углеводы |
| В | амфитамины |
| Г | липиды |

15. Преждевременный старт называется ...

| | |
|---|---|
| А | фора |
| Б | фальстарт |
| В | суета |
| Г | фол |

16. Уровень проявления общей выносливости преимущественно обуславливают ...

| | |
|---|---|
| А | аэробные возможности |
| Б | факторы функциональной экономичности |
| В | личностно-психические качества |
| Г | интервальные физические нагрузки |

17. Для определения победителя матча или серии матчей при их ничейном исходе в футболе назначают ...

| | |
|---|---|
| А | жеребьёвку |
| Б | нападающий удар |
| В | послематчевые пенальти |
| Г | добавочное время |

18. В баскетболе от каждой команды на площадке выступают одновременно...

| | |
|---|---|
| А | три игрока |
| Б | пять игроков |
| В | семь игроков |
| Г | одиннадцать игроков |

19. Соотношение между объемом и интенсивностью упражнений характеризуется.....

| | |
|---|---|
| А | параллельным взаимоотношением |
| Б | временными связями |
| В | прямо пропорциональной зависимостью |
| Г | обратно пропорциональной зависимостью |

20. Завершите утверждения, вписав соответствующее слово в бланк ответов.
упругий (как правило) предмет сферической либо сфероидной формы, используемый в различных видах спорта называется... мяч

21. Завершите утверждения, вписав соответствующее слово в бланк ответов.
Пересечение мячом линии ворот в игровых видах спорта называется... гол

22. Завершите утверждения, вписав соответствующее слово в бланк ответов.
Забег (заезд) на самую короткую в данном виде спорта дистанцию называется...

23. Завершите утверждения, вписав соответствующее слово в бланк ответов.
Спортивный снаряд в тяжелой атлетике называется... ядро

24. Завершите утверждения, вписав соответствующее слово в бланк ответов.
Периодическое толчкообразное колебание стенки сосудов, синхронное сокращение сердца ; определяется наощупь называется... пульс

Ри-10-7

25. Соотнесите формулировки понятий с их определениями

| Понятие | Определение |
|---|---|
| 1. Объем физической нагрузки | а) Мера влияния физических упражнений на организм |
| 2. Интенсивность физической нагрузки | б) Регламентация объема и интенсивности |
| 3. Дозирование физической нагрузки | в) Мощность выполняемой работы |
| 4. Физическая нагрузка | г) Выполнение длительных непрерывных упражнений |
| | д) Количество выполняемой работы |

9 В б а

26. Соотнесите название видов оздоровительных систем физической культуры с их характеристикой

| Вид фитнеса | Характеристика вида спорта |
|---|---|
| 1. Скиппинг | а) вид ритмической гимнастики с использованием силовых упражнений, направленных на изменение форм тела |
| 2. TRX фитнес | б) низкоударная кардио-тренировка, в основе которой лежат простые движения на специальной возвышенности |
| 3. Джампинг | в) тренировки с использованием подвесных ремней и упражнений, выполняемых с весом тела |
| 4. Степ аэробика | г) система упражнений, выполняемых при помощи прыжков через скакалку |
| | д) выполнение упражнений на специальном круглом батуте или в специальной пружинистой обуви. |

в а д б

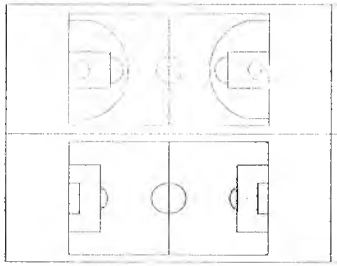
27. Укажите последовательность выполнения видов триатлона в стандартной олимпийской дистанции

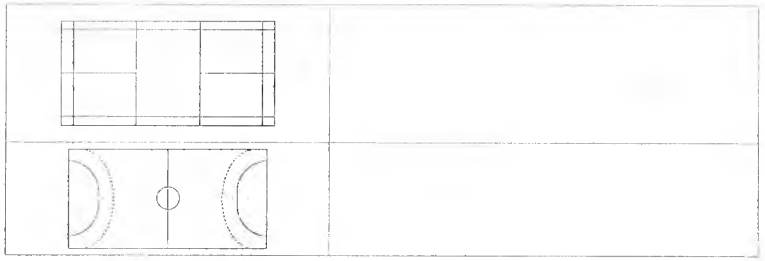
| Виды триатлона | Очередность |
|---|---|
| а) бег | 3 |
| б) плавание | 2 |
| в) велогонка | 1 |

28. Перечислите виды спортивной подготовки

разминка, тренировка

29. Укажите виды спорта, соответствующие схемам спортивных площадок:

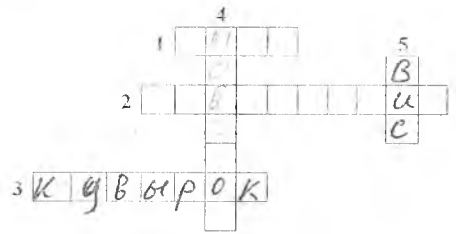




30. Задание-кроссворд.

Решите кроссворд на тему «Гимнастические упражнения», записав ответы-слова в бланке ответов

| По горизонтали | По вертикали |
|---|---|
| 1.Положения, в которых плечи находятся выше точек опоры | 4. Движение тела вокруг вертикальной оси |
| 2.Устойчивое положение занимающегося на одной ноге | 5. Положение занимающегося на снаряде, при котором плечи находятся ниже точек хвата |
| 3.Вращательное движение тела с последовательной опорой и переворачиванием через голову | |




Вы закончили выполнение заданий. Поздравляем!

Фк - 107

*БЛАНК ОТВЕТОВ*

| | № вопроса | Варианты ответов | | | | | № вопроса | Варианты ответов | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| – | 1 | (а) | б | в | г | – | 11 | а | (б) | в | г | |
| – | 2 | а | б | в | (г) | + | 12 | а | б | (в) | г | |
| + | 3 | а | б | в | (г) | – | 13 | а | (б) | в | г | |
| + | 4 | а | (б) | в | г | – | 14 | а | (б) | (в) | г | |
| – | 5 | (а) | б | в | г | + | 15 | а | (б) | (в) | г | |
| – | 6 | (а) | б | в | г | – | 16 | а | б | (в) | г | |
| + | 7 | (а) | б | в | г | – | 17 | а | б | в | (г) | |
| + | 8 | а | б | в | (г) | + | 18 | а | (б) | в | г | |
| – | 9 | а | (б) | в | г | – | 19 | (а) | б | в | г | |
| + | 10 | а | (б) | в | г | | | | | | | |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 2 | 20 | мяч | |
| 2 | 21 | гол | |
| – | 22 | | |
| – | 23 | ядро | |
| 2 | 24 | пульс | |
| | 25 | 1 | д в 1 |
| | | 2 | 1 |
| | | 3 | б 1 |
| | | 4 | а 1 |
| | 26 | 1 | в – |
| | | 2 | а – |
| | | 3 | а б 1 |
| | | 4 | б 1 |

Итого: 12,68

Председатель: Кропова М.Е.

Тюрч: Никонова И.В.

Вахидитова Н.Н.

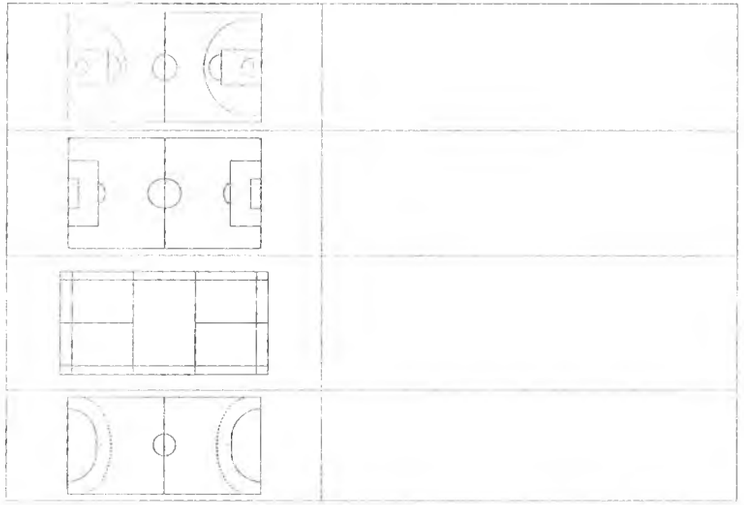
Зимаева М.И.

Бобунова Е.В.

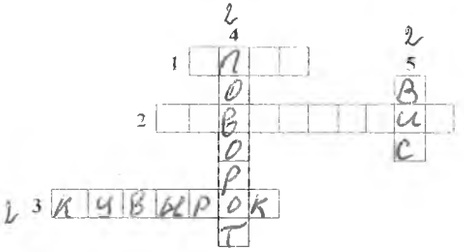
| | | | |
|---|---|---|---|
| | 27 | а | 3 1 |
| | | б | 2 – |
| | | в | 1 – |

28. разминка, экипировка

29. Напишите виды спорта, соответствующие схемам спортивных площадок



30. Задание-кроссворд




2 6