Шифр ОРК-10-12

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 № 10 »

Андроповского муниципального района

Калмурзаевой Малики-Расуле

Рамазановны

(ФИО полностью)

Преподаватель Турченко Алексей Васильевич

(ФИО полностью)

10 ноября 2018 года

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!

ОК 10 – 12

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	щадящим 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 па 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…

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

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…

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

Фк - 10 - 12

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

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.

27. **Укажите последовательность выполнения видов триатлона в стандартной олимпийской дистанции**

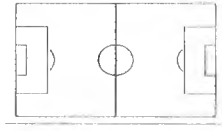
Виды триатлона	**Очередность**
а) бег	
б) плавание	
в) велогонка	

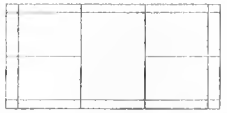
28. Перечислите виды спортивной подготовки

_____

_____

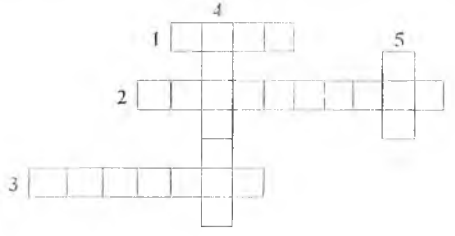
29. Укажите виды спорта, соответствующие схемам спортивных площадок:

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!

Фи - 10 - 12

БЛАНК ОТВЕТОВ

	№ вопроса	Варианты ответов					№ вопроса	Варианты ответов			
1	1	а	(б)	в	г	0	11	а	(б)	в	г
1	2	(а)	б	в	г	0	12	а	б	в	(г)
0	3	а	б	(в)	г	1	13	а	б	в	(г)
1	4	а	(б)	в	г	0	14	а	(б)	в	г
0	5	а	б	в	(г)	1	15	а	(б)	в	г
0	6	(а)	б	в	г	1	16	(а)	б	в	г
1	7	(а)	б	в	г	1	17	а	(б)	(в)	г
1	8	а	б	в	(г)	1	18	а	(б)	(в)	г
0	9	а	(б)	в	г	0	19	а	(б)	(в)	г
0	10	(а)	б	в	г						

2	20	мяч	
2	21	гол	
0	22		
0	23	~~стадиаро~~	
2	24	пульс	

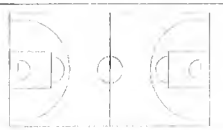
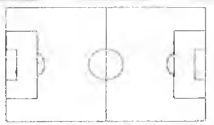
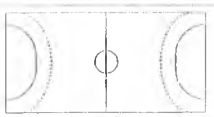
25	1	в	1
	2	г	0
	3	б	1
	4	а	1
26	1	б	0
	2	а	0
	3	в	1
	4	б	0

Председатель жюри: Крылова Н.Е.
Жюри: Бобтунова Е.В.
Венедиктова Н.Н.
Зинчаева Н.Г.
Николенко Н.В.

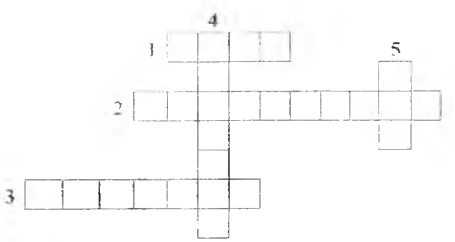
0	27	а	а 1
		б	б 3
		в	б 1

28. Бег, челночный, прыжки, ускорение, тренировка, прыжок, на скакалке, силовые упражнения, упражнение на скорость

29. Напишите виды спорта, соответствующие схемам спортивных площадок

	женский —
	футбол 0,5
	бадминтон 0,5
	волейбол —

30. Задание-кроссворд



Итого: 10,24 балла