



**ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ. 2019–2020 уч. г.
МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП. 9–11 КЛАССЫ**

Инструкция по выполнению заданий

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к уровню знаний учащихся общеобразовательных школ по предмету «Физическая культура».

Задания объединены в 7 групп:

I. Задания с выбором одного правильного ответа №№ 1–9. При выполнении этих заданий необходимо выбрать единственно правильный вариант из предложенных. Среди вариантов могут встретиться частично правильные, не подходящие в качестве ответа.

Ряд заданий этой группы оценивается, если отмечены все зачётные варианты. Это условие указано в задании («Отметьте все позиции»).

Выбранный вариант отмечается зачёркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в» или «г». Например:

«а»	«б»	«в»	«г»
X			

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 1 балл.

II. Задания, в которых необходимо вписать ответ №№ 10–13. При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать недостающие слова, чтобы получилось верное утверждение. Подобранные слова вписывайте в соответствующую графу бланка ответов.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2 балла.

III. Задания на установление соответствия между понятиями №14. При выполнении этих заданий необходимо из представленного перечня слов составить определение, вписав номера слов в бланк ответов.

Полностью правильно составленное определение оценивается в 3 балла..

IV. Задания на установление соответствия между понятиями, т.е. на соотнесение понятий или определений №№15–16. Каждое верное утверждение этой группы оценивается в 1 балл.

V. Задание – описание гимнастического упражнения №17. Необходимо сделать графическую запись физических упражнений, в соответствии с их описанием. Каждое верно описанное упражнение оценивается в 3 балла.

VI. Задания на перечисление №18. Записи выполняются в бланке ответов. Каждая верная позиция оценивается в 0,5 баллов.

VII. Задание – задача №19. Все расчеты (с формулой), ответ записывайте в бланк ответов. Правильно выполненные все записи и расчеты оцениваются в 3 балла.

Время выполнения всех заданий – 45 минут.

Записи должны быть разборчивыми.

Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ!

Желаем успеха!

I. Задания с выбором одного правильного ответа

Отметьте соответствующий ответ в бланке ответов.

- 1. В долине какой реки праздновались античные Олимпийские игры?**
 - а) Кладей
 - б) Алфей
 - в) Гея
 - г) Эвротас
- 2. В какой дисциплине легкой атлетики Джеймс Конноли стал первым олимпийским чемпионом современности?**
 - а) бег на короткие дистанции
 - б) тройной прыжок
 - в) марафон
 - г) метание диска
- 3. В каком виде спорта возможно установить абсолютный рекорд?**
 - а) волейбол
 - б) велоспорт
 - в) стрельба из лука
 - г) вольная борьба
- 4. В каком виде спорта одной из дисциплин является соревнование смешанных пар?**
 - а) керлинг
 - б) прыжки в воду
 - в) плавание
 - г) бобслей
- 5. Какие правила необходимо соблюдать при изучении двигательного действия?**
 - а) от неизвестного к известному
 - б) от неосвоенного к освоенному
 - в) от известного к неизвестному
 - г) от сложного к простому
- 6. Какое из утверждений сформулировано некорректно?**
 - а) спортивная обувь должна иметь хорошую воздухопроницаемость
 - б) спортивная обувь должна быть легкой
 - в) спортивная обувь должна защищать от различных отрицательных механических воздействий
 - г) спортивная обувь должна приобретаться на вырост

- 7. При каком виде повреждения при оказании первой доврачебной помощи фиксируют два ближайших к месту повреждения сустава?**
а) вывих
б) перелом
в) рана
г) ушиб
- 8. В каких испытаниях комплекса ГТО время на подготовку к выполнению теста ограничено?**
а) поднимание туловища из положения лёжа на спине
б) сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу
в) прыжок в длину с разбега
г) стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку
Отметьте все позиции.
- 9. Как увеличить объем нагрузки в беге с преимущественным проявлением выносливости?**
а) увеличить частоту шагов
б) увеличить дистанцию
в) увеличить длину шагов
г) увеличить скорость бега

II. Задания, в которых необходимо вписать ответ

Завершите определение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.

- 10. Комплексный циклический вид спорта, представляющий собой непрерывное троеборье, состоящее из сегментов исходя из специфики каждой спортивной дисциплины.**
- 11. Органические соединения, являющиеся основным источником энергии в рационе питания человека.**
- 12. Выделение положительных, а также отрицательных качеств, которые необходимо преодолеть в процессе самовоспитания.**
- 13. . Преждевременный старт до сигнала судьи-стартёра.**

III. Задание на установление последовательности слов

14. Составьте определение физического качества, используя приведённые ниже слова (каждое слово можно использовать один раз).

Ответ цифрами запишите в бланке ответов.

«Быстрота» – это...

- | | |
|-----------------|------------------|
| 1. на сигналы | 6. и реагировать |
| 2. способность | 7. отрезок |
| 3. минимальный | 8. действия |
| 4. двигательные | 9. выполнять |
| 5. за | 10. времени |

IV. Задания на установление соответствия между понятиями

Ответ буквами запишите в бланк ответов.

15. Установите соответствие между спортсменами и видами спорта.

Спортсмены	Виды спорта
1. Александр Карелин	А. академическая гребля
2. Станислав Поздняков	Б. фигурное катание
3. Дмитрий Губерниев	В. греко-римская борьба
4. Сергей Бубка	Г. спортивная гимнастика
5. Алексей Немов	Д. фехтование
6. Аделина Сотникова	Е. легкая атлетика

16. Установите соответствие между терминами, используемыми в сфере физической культуры и их определениями.

Термины физической культуры	Определения терминов
1) техническая подготовка	А) различные взаимодействия игроков, которые направлены на достижение победы
2) тактические действия	Б) подготовка, в которой в равной степени воспитываются все физические качества
3) общая физическая подготовка	В) процесс обучения двигательным действиям
4) специальная физическая подготовка	Г) воспитание качеств личности, которые необходимы для соревновательной деятельности
5) психологическая подготовка	Д) воспитание физических качеств, направленное на улучшение техники соревновательных действий и эффективное повышение спортивного результата в конкретном виде спорта

V. Задание – описание гимнастического упражнения

17. Сделайте графическую запись физических упражнений, в соответствии с их описанием. Ответ буквами запишите в бланк ответов.

Упражнение А.



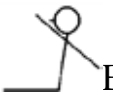







И.П. – сед

1. – сед углом

2 – И.П.

3. – сед согнув ноги

4. – И.П.

 А	 Б	 В	 Г	 Д
 Е	 Ж	 З	 И	 К

Упражнение Б.







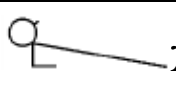

И.П. – упор лёжа

1. – упор лёжа на согнутых руках

2 – И.П.

3. – упор лёжа на бедрах

4. – И.П.

 А	 Б	 В	 Г
 Д	 Е	 Ж	 З

VI. Задания на перечисление

Ответ запишите в бланк ответов.

18. Перечислите прыжковые дисциплины, включенные в программу официальных соревнований по легкой атлетике.

VII. Задание – задача

19. Максимальный вес у Пети в упражнении «приседание со штангой» составляет 123 кг. Рассчитайте вес штанги, с которой Петя должен выполнить тренировочное задание в данном упражнении с нагрузкой, составляющий 65% от максимального веса.

Формулу, все расчёты и ответ запишите в бланк ответов (результат округлите до целых единиц).

ТЕХНОЛОГИЯ

оценки качества выполнения теоретико-методических заданий

I. Задания с выбором одного правильного ответа (№№ 1–9). Каждое верное задание оценивается в **1 балл**, неправильно выполненное задание – 0 баллов.

II. Задания, в которых необходимо вписать ответ (№№ 10–13). Каждое верное задание оценивается в **2 балла**, неправильное – 0 баллов.

III. Задание на установление последовательности слов (№ 14). Полностью правильно составленное определение (верная последовательность слов) оценивается в **3 балла**, неправильное – 0 баллов.

IV. Задания на установление соответствия между понятиями (№№ 15–16). Каждое верное утверждение этой группы оценивается в **1 балл**, неправильное – 0 баллов.

V. Задание – описание гимнастического упражнения (№ 17). Каждое верно описанное упражнение оценивается в **3 балла**, неправильное – 0 баллов.

VI. Задания на перечисление (№ 18). Каждая верная позиция оценивается в **0,5 баллов**, неправильная – 0 баллов.

VII. Задание – задача (№ 19). Правильно выполненные все записи (формула, ответ) и расчёты оцениваются в **3 балла**.

Рекомендуем в бланке ответов отмечать суммарную оценку отдельно каждой группы заданий.

Итоговая оценка представляется суммой баллов оценки выполненных заданий.

Задания с выбором одного правильного ответа – в сумме **9 баллов** (9 вопросов).

Задания, в которых необходимо вписать ответ – в сумме **8 баллов** (4 вопроса).

Задания на составление определений – в сумме **3 балла** (1 вопрос).

Задания на установление соответствия между понятиями – в сумме **11 баллов** (2 вопроса).

Задание – описание гимнастического упражнения – в сумме **6 баллов** (1 вопрос).

Задания на перечисление – в сумме **2 балла** (1 вопрос).

Задание-задача – в сумме **3 балла** (1 вопрос).

Максимально возможная сумма – всего **42 балла**.

Максимально возможное количество набранных баллов за теоретико-методическое задание – **20 баллов**.

Итоги испытания оцениваются по формуле:

$$X_i = \frac{K \times N_i}{M}, \text{ где}$$

X_i – «зачётный» балл i -го участника;

K – максимально возможный зачётный балл в конкретном задании (по регламенту);

N_i – результат i -го участника в конкретном задании;

M – максимально возможный или лучший результат в конкретном задании.

Например, результат участника в теоретико-методическом задании составил 29 балла ($N_i = 29$) из 42 максимально возможных ($M = 42$). Согласно настоящим критериям и методике оценивания максимально возможный зачётный балл по данному заданию составляет 20 баллов ($K = 20$). Подставляем в формулу значения N_i , K , и M и получаем зачётный балл:

$$X_i = \frac{20 \times 29}{42} = 13,8 \text{ баллов.}$$

ОТВЕТЫ:

I. Задания с выбором одного правильного ответа

№ вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»
1.		X		
2.		X		
3.			X	
4.	X			
5.			X	

№ вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»
6.				X
7.		X		
8.			X	X
9.		X		

II. Задания, в которых необходимо вписать ответ

10. триатлон
11. углеводы
12. самоанализ
13. фальстарт

III. Задание на установление последовательности слов

14.	2	9	4	8	6	1	5	3	7	10
	2	5	3	7	10	9	4	8	6	1

IV. Задания на установление соответствия между понятиями

15.	1	2	3	4	5	6
	В	Д	А	Е	Г	Б

16.	1	2	3	4	5
	В	А	Б	Д	Г

V. Задание – описание гимнастического упражнения

17 А.	И.П.	1.	2.	3.	4.
	Ж	Б	Ж	Г	Ж

17 Б.	И.П.	1.	2.	3.	4.
	А	Е	А	Г	А

VI. Задания на перечисление

18. прыжки в длину, тройной прыжок, прыжки в высоту, прыжки с шестом

VII. Задание – задача

$$19. \frac{65\% \times 123\text{кг}}{100\%} = 80\text{кг}$$