

ХVII ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА  
ШКОЛЬНИКОВ ПО ПРЕДМЕТУ  
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»  
Заключительный этап  
Теоретико-методическое задание

Ульяновск - 2016

**XVII ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ**  
по предмету «Физическая культура»

Инструкция по выполнению задания.

Вам предлагаются задания, основанные на содержании образовательных программ основного общего и среднего общего образования, углубленного уровня по предмету «Физическая культура»

Задания объединены в 4 группы:

1. **Задания в закрытой форме**, то есть, с предложенными вариантами ответов. Задания представлены в форме незавершенных утверждений, которые, при завершении, могут оказаться либо истинными, либо ложными. При выполнении этих заданий, необходимо выбрать правильное завершение. Правильным является то, которое наиболее полно соответствует смыслу утверждения.

Выбранные варианты отмечаются зачеркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в» или «г».

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте незнакомые задания. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии, Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.

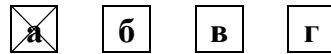
2. **Задания в открытой форме**, то есть, без предложенных вариантов ответов. При выполнении этого задания, необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подбранное определение вписывайте в соответствующую графу бланка ответов.

3. **Задания на соответствие понятий и определений**, то есть, на соответствие предложенных вариантов ответов определенным понятиям и определениям. При выполнении задания, необходимо установить соответствие между видом упражнения для совершенствования определенных качеств. Ответы вписывайте в соответствующую графу бланка ответов. Жюри оценивает каждую представленную позицию.

4. **Задания в форме, предполагающей перечисление** известных Вам показателей, характеристик и т.д.

Контролируйте время выполнения задания.  
Время выполнения заданий – 45 минут.

Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов. Задания в закрытой форме: варианты отмечаются, зачеркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов. Например,



Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ.

Контрольные вопросы по инструкции к заданию:

1. Инструкция к тесту мне...

- а. понятна.
- б. понятна отчасти.
- в. понятна не полностью.
- г. не понятна.

2. Вы хотели бы задать вопросы для уточнения задания?

- а. Да.
- б. Нет.
- в. Не знаю.
- г. Да, но стесняюсь.

Желаем успеха!

## ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ

### *Задания в закрытой форме.*

- 1. При выполнении упражнений, вдох не следует делать во время:**
  - а. вращений и поворотов тела;
  - б. возвращения в исходное положение после наклона;
  - в. ходьбы на носках;
  - г. прогибания туловища назад.
  
- 2. Подводящие упражнения применяются, если:**
  - а. необходимо устранить причины возникновения ошибок;
  - б. применяется метод целостно-аналитического упражнения;
  - в. у занимающегося недостаточное физическое развитие;
  - г. двигательные действия дозируются по величине нагрузки.
  
- 3. В Ульяновске, в феврале 2016г., прошёл чемпионат мира по хоккею с мячом. Золото, серебро и бронзу выиграли...**
  - а. Россия, Финляндия, Швеция;
  - б. Россия, Швеция, Финляндия;
  - в. Финляндия, Россия, Швеция;
  - г. Швеция, Россия, Финляндия.
  
- 4. ЧСС при нагрузке средней интенсивности, высокой интенсивности, низкой интенсивности, большой интенсивности должна быть:**
  - 1) 180 ударов в минуту и выше;
  - 2) 130-160 ударов в минуту;
  - 3) 165-180 ударов в минуту;
  - 4) до 130 ударов в минуту.
  - а. 2,1,4,3;
  - б. 1,2,3,4;
  - в. 2,4,3,1;
  - г. 2,1,3,4.
  
- 5. Первый комплекс ГТО появился в СССР в период:**
  - а. с 1938 по 1945гг.;
  - б. с 1918 по 1925гг.;
  - в. с 1928 по 1938гг.;
  - г. с 1927 по 1928гг.
  
- 6. Победителем Чемпионата мира по конькобежному спорту на отдельных дистанциях (2016 г, Коломна) на дистанциях 500 м и 1000 м стал:**

- а. Руслан Мурашов;
- б. Алексей Яшин;
- в. Павел Кулижников;
- г. Денис Юсков.

**7. При сдаче норм комплекса ГТО по стрельбе из пневматической винтовки дистанция составляет:**

- а. 12 м;
- б. 10 м;
- в. 15 м;
- г. 14 м.

**8. Марафон – это бег на дистанцию:**

- а. 42 км;
- б. 41 км;
- в. 42 км 195м;
- г. 41 км 905м.

**9. На уроках физической культуры выделяют подготовительную, основную и заключительную части, так как:**

- а. этого требуют федеральные государственные образовательные стандарты;
- б. в уроке ставятся три задачи, и каждая часть предназначена для решения одной из них;
- в. выделение частей урока связано с необходимостью управлять динамикой работоспособности учащихся;
- г. учителю удобнее распределять различные по характеру упражнения.

**10. Олимпийский девиз «Главное не победа, а участие» сформулирован...**

- а. в 1894 г., полковником Алексеем Дмитриевичем Бутовским во время I Олимпийского конгресса в Париже;
- б. в 1908 г., епископом Этельбертом Талботом из Пенсильвании во время IV Олимпиады в Лондоне;
- в. в 1900г., бароном Пьером де Кубертенем во время II Олимпиады в Париже;
- г. в 1908 г., королем Англии Эдуардом VII покорённым напряженностью соперничества.

**11. Россия получила право проведения чемпионата Европы в 2018 году по:**

- а. тхэквондо;
- б. лёгкой атлетике;

- в. футболу;
- г. кёрлингу.

**12. При подаче в бадминтоне, волан, в момент соударения с ракеткой, должен находиться ...**

- а. не имеет значения, где;
- б. выше талии;
- в. ниже талии;
- г. на уровне талии.

**13. Крылатое выражение: «Человек, двигаясь и развиваясь, сам заводит часы своей жизни» принадлежит:**

- а. Л.П. Матвееву;
- б. А.А. Бирюкову;
- в. И.А. Аршавскому;
- г. Жозефу Тиссо.

**14. Отношение времени, используемого непосредственно на двигательную деятельность учащихся, к общей продолжительности урока, называется:**

- а. моторной плотностью урока;
- б. общей плотностью урока;
- в. индексом физической нагрузки;
- г. интенсивностью физической нагрузки.

**15. Количество трамплинов, устанавливаемых на трассе могула (лыжный фристайл), равняется ...**

- а. 1;                      б. 3;                      в. 2;                      г. 4.

**16. При сдаче норм ГТО (5 ступень), обязательным испытанием является бег на 100 м (сек). Отметьте результат, соответствующий золотому, серебряному, бронзовому значку:**

Юноши

- А. 13,8; 14,3; 14,6;
- Б. 13,9; 14,4; 14,7;
- В. 13,7; 14,2; 14,5;
- Г. 14,0; 14,5; 14,8.

Девушки

- А. 16,3; 17,6; 18,0;
- Б. 16,4; 17,7; 18,1;
- В. 16,2; 17,5; 17,9;
- Г. 16,5; 17,8; 18,2.

***Задания в открытой форме.***

Завершите определение, вписав соответствующее слово, число в бланк ответов.

17. Яркую характеристику этой игре дал известный русский писатель А.И.Куприн:

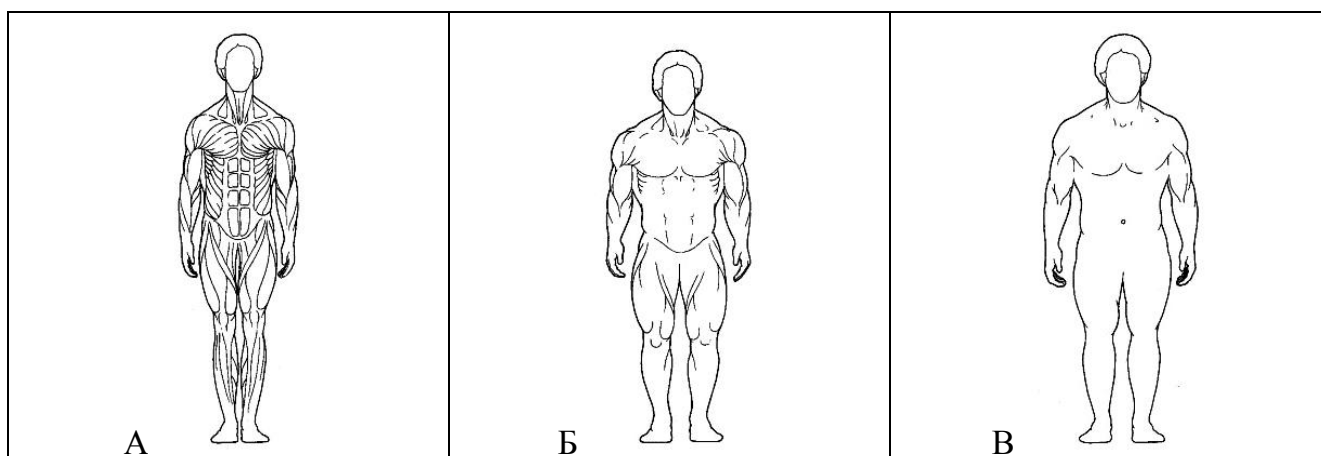
*«Эта народная игра – одна из самых интересных и полезных игр. В ней нужны находчивость, глубокое дыхание, верность своей партии, внимательность, изворотливость, быстрый бег, меткий глаз, твёрдость удара руки и вечная уверенность в том, что тебя не победят. Трусам и лентяям в этой игре нет места».*

О какой игре идёт речь?

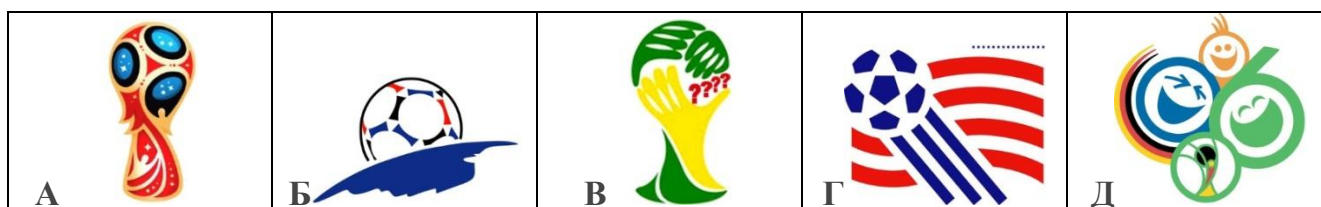
18. Жест судьи в баскетболе: сжатая в кулак рука поднята вверх – это...

19. Процесс воспитания физических качеств и овладения жизненно важными движениями называется...

20. Назовите три основных типа телосложения:



21. На рисунках указаны логотипы чемпионатов мира по футболу. Впишите страну и год проведения.

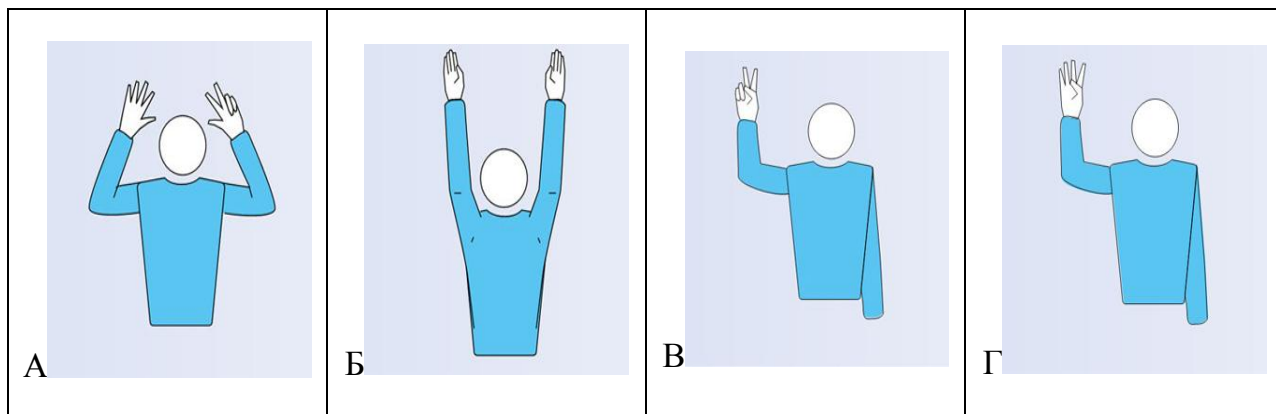


22. Представьте, что Вы стали Олимпийским чемпионом. В Вашу честь поднимается флаг и играет гимн Российской Федерации. Вы как истинный патриот страны знаете его слова. Напишите 6 недостающих слов по порядку.

*Широкий простор для \_\_\_\_\_ и для \_\_\_\_\_*

\_\_\_\_\_ нам открывают года.  
Нам \_\_\_\_\_ даёт наша верность \_\_\_\_\_  
Так было, так есть и \_\_\_\_\_ будет всегда!

**23. Судьёй в волейболе показаны жесты. Впишите название жестов:**

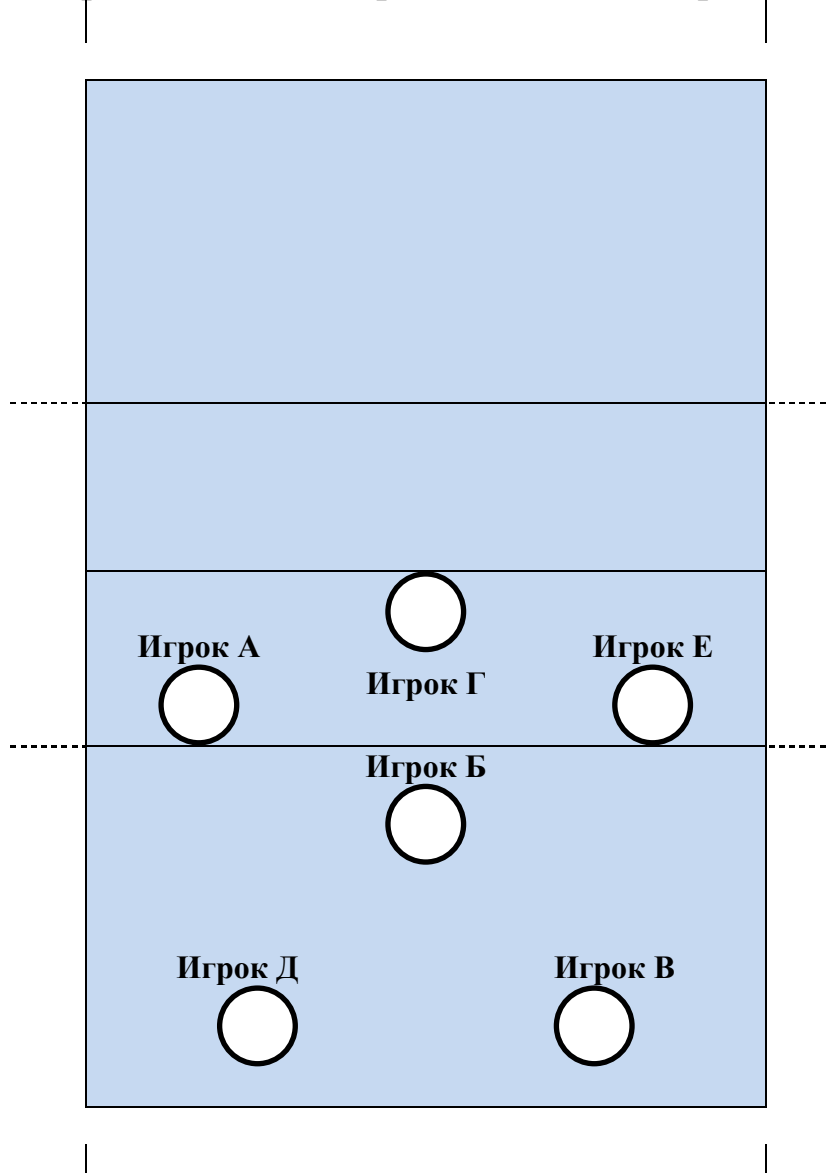


**24. Вам представлен спортивный инвентарь. Напишите их правильные названия:**





25. На рисунке изображена волейбольная площадка. На Вашей половине поля – шесть игроков. Каждая половина условно делится на шесть зон. Определите правильный номер зоны каждого игрока:



*Задания на соответствие*

26. Установите соответствие между видом спортивной площадки и размерами площадки. Запишите соответствие между буквами (площадка) и цифрами (размер площадки).

Площадка	Размер площадки
А. мини-футбольная (короткая)	1. 13,40x6,10
Б. волейбольная	2. 25x15
В. гандбольная	3. 25x70
Г. для игры в бадминтон	4. 40x20
Д. для игры в русскую лапту	5. 23,77x8,23
Е. для игры в большой теннис	6. 28x15
Ж. баскетбольная	7. 18x9

**27. Дайте правильное определение каждому термину (понятию) и запишите номер ответа в графу таблицы под буквой.**



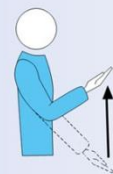

**Запишите соответствие между буквами (понятие) и цифрами (определение понятия).**

<b>Термин (понятие)</b>	<b>Определение</b>
<b>А. Сила</b>	<b>1.</b> Непредельные напряжения мышц, проявляемые с необходимой, часто максимальной мощностью в упражнениях, выполняемых со значительной скоростью, но не достигающей, как правило, предельной величины.
<b>Б. Силовые способности</b>	<b>2.</b> Способность точно дифференцировать мышечные усилия различной величины в условиях непредвиденных ситуаций и смешанных режимов работы мышц.
<b>В. Скоростно-силовые способности</b>	<b>3.</b> Комплекс различных проявлений человека в определённой двигательной деятельности, в основе которых лежит понятие «сила».
<b>Г. Силовая выносливость</b>	<b>4.</b> Способность мышц к быстрому развитию рабочего усилия в начальный момент их напряжения.
<b>Д. Взрывная сила</b>	<b>5.</b> Способность противостоять утомлению, вызываемому относительно продолжительными мышечными напряжениями значительной величины.
<b>Е. Стартовая сила</b>	<b>6.</b> Способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противостоять ему за счёт мышечных усилий (напряжений).
<b>Ж. Ускоряющая сила</b>	<b>7.</b> Способность человека по ходу выполнения двигательного действия достигать максимальных показателей силы в возможно короткое время.
<b>З. Силовая ловкость</b>	<b>8.</b> Способность мышц к быстроте наращивания рабочего усилия в условиях их начавшегося сокращения

**28. Установите соответствие между именем Олимпийского чемпиона в Лондоне 2012 года и видом спорта. Запишите соответствие между буквами (имя Олимпийского чемпиона) и цифрами (вид спорта).**

<b>Олимпийские чемпионы (Лондон, 2012)</b>	<b>Вид спорта</b>
<b>А.</b> Евгения Канаева	<b>1.</b> Художественная гимнастика
<b>Б.</b> Алия Мустафина	<b>2.</b> Спортивная гимнастика
<b>В.</b> Светлана Ромашина	<b>3.</b> Лёгкая атлетика
<b>Г.</b> Мария Савинова	<b>4.</b> Синхронное плавание
<b>Д.</b> Наталья Воробьёва	<b>5.</b> Борьба вольная
<b>Е.</b> Илья Захаров	<b>6.</b> Бокс
<b>Ж.</b> Мансур Исаев	<b>7.</b> Дзюдо
<b>З.</b> Максим Михайлов	<b>8.</b> Волейбол
<b>И.</b> Егор Мехонцев	<b>9.</b> Прыжки в воду
<b>К.</b> Юрий Постригай	<b>10.</b> Гребля на байдарках и каноэ

**29. Установите соответствие между жестами судьи по волейболу и их названиями. Запишите соответствие между буквами (жесты судьи) и цифрами (названия жестов).**

 А	 Б	 В	 Г
1. Обоюдная ошибка и переигровка	2. Мяч в «поле»	3. Задержка мяча	4. Мяч «за» (аут)

**Задания, связанные с перечислением.**

**30. Учётная карточка выполнения государственных требований ВФСК «ГТО» представляет собой документ на бумажном носителе, в котором отмечаются:**

- 1. Присвоение спортивных разрядов.**
- 2. .... (продолжите)**

**31. Перечислите виды испытаний (тесты) по выбору, относящиеся к сдаче норм ГТО 5-ой ступени (для юношей, для девушек).**

---

Программа разработана Центральной предметно-методической комиссией Всероссийской олимпиады школьников по предмету «Физическая культура» (председатель – доктор педагогических наук, профессор Чесноков Н.Н.).