

Тюбес

ФЗ-4-5-М



**ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ  
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ. 2019–2020 уч. г.  
МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП. 7–8 КЛАССЫ**

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР**

**Инструкция по выполнению заданий**

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

Задания объединены в 3 группы:

**I. Задания с выбором одного правильного ответа №№ 1–14.** При выполнении этих заданий необходимо выбрать единственный правильный вариант из предложенных. Среди вариантов могут встретиться частично правильные, не подходящие в качестве ответа.

Выборный 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 №№ 15–18.** При выполнении этих заданий необходимо установить соответствие между понятиями, вписав в бланк ответов соответствующие буквы.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2 балла.

**III. Задания на установление соответствия между понятиями № 19–21.**

При выполнении данного задания необходимо из представленного перечня слов составить определение, вписав номера слов в бланк ответов.

Каждое верное утверждение в этой группе оценивается в 1 балл.

Время выполнения всех заданий – 45 минут.

*Записи должны быть разборчивыми.*

*Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ!*

*Желаем успеха!*

X 7-гм = (11,4) м

**II. Задания, в которых необходимо вписать ответ**

*Завершите утверждение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.*

**15. Назовите беговую дисциплину комплекса ГТО, в которой необходимо преодолеть короткую дистанцию с резкой сменой направления движения.**

**16. Какое испытание комплекса ГТО выполняется из исходного положения вис на перекладине?**

**17. Назовите игровой вид спорта, инициатором зарождения которого в 1895 г. являлся американский тренер Уильям Морган.**

**18. Состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.**

**III. Задания на установление соответствия между понятиями**

*Ответ буквами запишите в бланк ответов.*

**19. Установите соответствие между видами спорта и размерами площадки в соответствии с правилами.**

1) 40 м × 20 м	А) баскетбол
2) 120 м × 90 м	Б) футбол
3) 18 м × 9 м	В) гандбол
4) 28 м × 15 м	Г) волейбол

**20. Установите соответствие между спортивными сооружениями и видами спорта.**

1) легкая атлетика	а) ринг
2) теннис	б) трасса
3) фигурное катание	в) тир
4) бокс	г) стадион
5) лыжные гонки	д) каток
6) стрельба	е) корт

**21. Установите соответствие между физическими упражнениями и физическими качествами.**

1) в висе на перекладине поднимание ног	А) гибкость
2) бег на лыжах 2000 м	Б) сила
3) старты по сигналу	В) ловкость
4) наклоны в стороны	Г) выносливость
5) жонглирование тремя мячами	Д) быстрота



**I. Задания с выбором одного правильного ответа**

*Отметьте соответствующий ответ в бланке ответов.*

1. **Что является олимпийскими наградами?**
  - а) медали
  - б) кубки
  - в) денежное вознаграждение
  - г) медали и дипломы
  
2. **Как по преданию появилась дистанция в 1 стадий при участии Геракла в Древних олимпийских играх?**
  - а) расстояние было отмерено 600 стопами
  - б) расстояние было отмерено 100 шагами
  - в) расстояние, пройденное за время восхода солнца
  - г) расстояние до линии горизонта
  
3. **Кто был первым председателем Российского олимпийского комитета?**
  - а) Н.А. Панин-Коломенкин
  - б) А.Д. Бутовский
  - в) В.И. Срезневский
  - г) В.Г. Смирнов
  
4. **Какие из упражнений утренней гигиенической гимнастики используются для усиления работы лёгких и сердца?**
  - а) потягивания
  - б) ходьба на месте
  - в) рывки руками
  - г) наклоны туловища
  
5. **Какие из приведённых физических упражнений содействуют формированию осанки?**
  - а) упражнения, стоя у стены
  - б) упражнения с предметом на голове
  - в) упражнения для укрепления мышечного корсета
  - г) все перечисленные упражнения
  
6. **Как называется способность человека согласовывать движения различных частей тела?**
  - а) координация движений
  - б) подвижность
  - в) пластичность
  - г) двигательная деятельность
  
7. **Какое физическое качество при высоком уровне развития позволяет избежать травм?**
  - а) быстрота
  - б) гибкость
  - в) выносливость
  - г) всё перечисленное

8. Какая из перечисленных закаливающих процедур НЕ относится к водным?
- а) моржевание
  - б) обтирание
  - в) обливание
  - г) хождение босиком по снегу
9. В каком виде спорта существует дисциплина, проводимая в закрытых помещениях и на открытом воздухе?
- а) тяжёлая атлетика
  - б) самбо
  - в) спортивная гимнастика
  - г) легкая атлетика
10. Какой из видов спорта относится к единоборствам?
- а) фехтование
  - б) стрельба
  - в) теннис
  - г) регби
11. Как называются физические упражнения, в которых содержатся элементы или связки разучиваемого нового движения?
- а) идеомоторные упражнения
  - б) подготовительные упражнения
  - в) подводящие упражнения
  - г) сопряжённые упражнения
12. Какое физическое качество или способность оценивается при выполнении теста «шестиминутный бег»?
- а) скоростно-силовые способности
  - б) скоростные способности
  - в) выносливость
  - г) способность различать интервалы времени
13. Какое из контрольных упражнений определяет уровень развития силы?
- а) нанесение точек на листе бумаги за 10 секунд
  - б) 6-минутный бег
  - в) поднятие туловища из положения лёжа
  - г) ходьба по бревну
14. Какое расстояние до ворот при выполнении штрафного броска в гандболе?
- а) 7 метров
  - б) 9 метров
  - в) 11 метров
  - г) 15 метров



**II. Задания, в которых необходимо вписать ответ**

*Завершите утверждение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.*

**15. Назовите беговую дисциплину комплекса ГТО, в которой необходимо преодолеть короткую дистанцию с резкой сменой направления движения.**

**16. Какое испытание комплекса ГТО выполняется из исходного положения вис на перекладине?**

**17. Назовите игровой вид спорта, инициатором зарождения которого в 1895 г. являлся американский тренер Уильям Морган.**

**18. Состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.**

**III. Задания на установление соответствия между понятиями**

*Ответ буквами запишите в бланк ответов.*

**19. Установите соответствие между видами спорта и размерами площадки в соответствии с правилами.**

1) 40 м × 20 м	А) баскетбол
2) 120 м × 90 м	Б) футбол
3) 18 м × 9 м	В) гандбол
4) 28 м × 15 м	Г) волейбол

**20. Установите соответствие между спортивными сооружениями и видами спорта.**

1) легкая атлетика	а) ринг
2) теннис	б) трасса
3) фигурное катание	в) тир
4) бокс	г) стадион
5) лыжные гонки	д) каток
6) стрельба	е) корт

**21. Установите соответствие между физическими упражнениями и физическими качествами.**

1) в висе на перекладине поднимание ног	А) гибкость
2) бег на лыжах 2000 м	Б) сила
3) старты по сигналу	В) ловкость
4) наклоны в стороны	Г) выносливость
5) жонглирование тремя мячами	Д) быстрота

**БЛАНК ОТВЕТОВ:**

**I. Задания с выбором одного правильного ответа**

№ вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»
1 -		X		X
2 -			X	
3 -	X			X
4 +		X		
5 -	X		X	
6 +	X			
7 -				X
8 +				X
9 +				X
10 -				X

№ вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»
11 -		X		
12 +			X	
13 +			X	
14 -			X	

65

**II. Задания, в которых необходимо вписать ответ**

15. \_\_\_\_\_

16. \_\_\_\_\_

17. *Самый*

18. *Здоровье*

+

25

**III. Задания на установление соответствия между понятиями**

19.

1	2	3	4
<i>б +</i>	<i>д +</i>	<i>л +</i>	<i>а +</i>

20.

1	2	3	4	5	6
<i>с -</i>	<i>з -</i>	<i>г +</i>	<i>а +</i>	<i>д +</i>	<i>б +</i>

21.

1	2	3	4	5
<i>д +</i>	<i>л +</i>	<i>г +</i>	<i>а +</i>	<i>б +</i>

135

215



Тюбинск

УД-1-0 11



**ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ  
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ. 2019–2020 уч. г.  
МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП. 7–8 КЛАССЫ**

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР**

**Инструкция по выполнению заданий**

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

Задания объединены в 3 группы:

**I. Задания с выбором одного правильного ответа №№ 1–14.** При выполнении этих заданий необходимо выбрать единственный правильный вариант из предложенных. Среди вариантов могут встретиться частично правильные, не подходящие в качестве ответа.

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 №№ 15–18.** При выполнении этих заданий необходимо установить соответствие между понятиями, вписав в бланк ответов соответствующие буквы.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2 балла.

**III. Задания на установление соответствия между понятиями № 19–21.**

При выполнении данного задания необходимо из представленного перечня слов составить определение, вписав номера слов в бланк ответов.

Каждое верное утверждение в этой группе оценивается в 1 балл.

Время выполнения всех заданий – 45 минут.

*Записи должны быть разборчивыми.*

*Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ!*

*Желаем успеха!*

$$X_{7-50} = (15,7) = \frac{20 \times 29}{37}$$

**I. Задания с выбором одного правильного ответа**

*Отметьте соответствующий ответ в бланке ответов.*

1. **Что является олимпийскими наградами?**
  - а) медали
  - б) кубки
  - в) денежное вознаграждение
  - г) медали и дипломы
2. **Как по преданию появилась дистанция в 1 стадий при участии Геракла в Древних олимпийских играх?**
  - а) расстояние было отмерено 600 стопами
  - б) расстояние было отмерено 100 шагами
  - в) расстояние, пройденное за время восхода солнца
  - г) расстояние до линии горизонта
3. **Кто был первым председателем Российского олимпийского комитета?**
  - а) Н.А. Панин-Коломенкин
  - б) А.Д. Бутовский
  - в) В.И. Срезневский
  - г) В.Г. Смирнов
4. **Какие из упражнений утренней гигиенической гимнастики используются для усиления работы лёгких и сердца?**
  - а) потягивания
  - б) ходьба на месте
  - в) рывки руками
  - г) наклоны туловища
5. **Какие из приведённых физических упражнений содействуют формированию осанки?**
  - а) упражнения, стоя у стены
  - б) упражнения с предметом на голове
  - в) упражнения для укрепления мышечного корсета
  - г) все перечисленные упражнения
6. **Как называется способность человека согласовывать движения различных частей тела?**
  - а) координация движений
  - б) подвижность
  - в) пластичность
  - г) двигательная деятельность
7. **Какое физическое качество при высоком уровне развития позволяет избежать травм?**
  - а) быстрота
  - б) гибкость
  - в) выносливость
  - г) всё перечисленное



8. Какая из перечисленных закаливающих процедур НЕ относится к водным?
- а) моржевание
  - б) обтирание
  - в) обливание
  - г) хождение босиком по снегу
9. В каком виде спорта существует дисциплина, проводимая в закрытых помещениях и на открытом воздухе?
- а) тяжёлая атлетика
  - б) самбо
  - в) спортивная гимнастика
  - г) легкая атлетика
10. Какой из видов спорта относится к единоборствам?
- а) фехтование
  - б) стрельба
  - в) теннис
  - г) регби
11. Как называются физические упражнения, в которых содержатся элементы или связки разучиваемого нового движения?
- а) идеомоторные упражнения
  - б) подготовительные упражнения
  - в) подводящие упражнения
  - г) сопряжённые упражнения
12. Какое физическое качество или способность оценивается при выполнении теста «шестиминутный бег»?
- а) скоростно-силовые способности
  - б) скоростные способности
  - в) выносливость
  - г) способность различать интервалы времени
13. Какое из контрольных упражнений определяет уровень развития силы?
- а) нанесение точек на листе бумаги за 10 секунд
  - б) 6-минутный бег
  - в) поднятие туловища из положения лёжа
  - г) ходьба по бревну
14. Какое расстояние до ворот при выполнении штрафного броска в гандболе?
- а) 7 метров
  - б) 9 метров
  - в) 11 метров
  - г) 15 метров

**II. Задания, в которых необходимо вписать ответ**

Завершите утверждение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.

15. Назовите беговую дисциплину комплекса ГТО, в которой необходимо преодолеть короткую дистанцию с резкой сменой направления движения. *челночный бег*

16. Какое испытание комплекса ГТО выполняется из исходного положения вис на перекладине? *(подтягивание)*

17. Назовите игровой вид спорта, инициатором зарождения которого в 1895 г. являлся американский тренер Уильям Морган. *баскетбол*

18. Состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.

*спокойствие (покой)*

**III. Задания на установление соответствия между понятиями**

Ответ буквами запишите в бланк ответов.

✗ 19. Установите соответствие между видами спорта и размерами площадки в соответствии с правилами.

1) 40 м × 20 м	<del>А) баскетбол</del>
2) 120 м × 90 м	<del>Б) футбол</del>
3) 18 м × 9 м	<del>В) гандбол</del>
4) 28 м × 15 м	Г) волейбол

✗ 20. Установите соответствие между спортивными сооружениями и видами спорта.

1) легкая атлетика <i>Г</i>	а) ринг
2) теннис <i>е</i>	б) трасса
3) фигурное катание	в) тир
4) бокс <i>а</i>	г) стадион
5) лыжные гонки <i>б</i>	д) каток
6) стрельба <i>в</i>	е) корт

✗ 21. Установите соответствие между физическими упражнениями и физическими качествами.

1) в висе на перекладине поднимание ног <i>Б</i>	А) гибкость
2) бег на лыжах 2000 м <i>Г</i>	Б) сила
3) старты по сигналу <i>В А</i>	В) ловкость
4) наклоны в стороны <i>А</i>	Г) выносливость
5) жонглирование тремя мячами <i>В</i>	Д) быстрота



**БЛАНК ОТВЕТОВ:**

W I. Задания с выбором одного правильного ответа

№ вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»
1 +				X
2 +	X			
3 -				X
4 -			X	
5 +				X
6 +	X			
7 +		X		
8 +				X
9 +				X
10 +	X			

№ вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»
11 +			X	
12 -		X		
13 +			X	
14 -		X		

105

II. Задания, в которых необходимо вписать ответ

15. челночный бег +

Подтягивание швеса на высокой перекладине  
16. (подтягивание) +

17. баскетбол ✓ -

18. спокойствие (покой) - ✓ 45

III. Задания на установление соответствия между понятиями

W 19.

1	2	3	4
B +	б +	Г +	A +

W 20.

1	2	3	4	5	6
Г +	е +	A +	A +	б +	B +

W 21.

1	2	3	4	5
б +	Г +	A +	A +	B +

15

295







ФРЗ-8-3-М

Турбо

**ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ  
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ. 2019–2020 уч. г.  
МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП. 7–8 КЛАССЫ**

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР**

**Инструкция по выполнению заданий**

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

Задания объединены в 3 группы:

**I. Задания с выбором одного правильного ответа №№ 1–14.** При выполнении этих заданий необходимо выбрать единственный правильный вариант из предложенных. Среди вариантов могут встретиться частично правильные, не подходящие в качестве ответа.

Выборный 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 №№ 15–18.** При выполнении этих заданий необходимо установить соответствие между понятиями, вписав в бланк ответов соответствующие буквы.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2 балла.

**III. Задания на установление соответствия между понятиями № 19–21.**

При выполнении данного задания необходимо из представленного перечня слов составить определение, вписав номера слов в бланк ответов.

Каждое верное утверждение в этой группе оценивается в 1 балл.

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. Что является олимпийскими наградами?**
  - а) медали
  - б) кубки
  - в) денежное вознаграждение
  - г) медали и дипломы
  
- 2. Как по преданию появилась дистанция в 1 стадий при участии Геракла в Древних олимпийских играх?**
  - а) расстояние было отмерено 600 стопами
  - б) расстояние было отмерено 100 шагами
  - в) расстояние, пройденное за время восхода солнца
  - г) расстояние до линии горизонта
  
- 3. Кто был первым председателем Российского олимпийского комитета?**
  - а) Н.А. Панин-Коломенкин
  - б) А.Д. Бутовский
  - в) В.И. Срезневский
  - г) В.Г. Смирнов
  
- 4. Какие из упражнений утренней гигиенической гимнастики используются для усиления работы лёгких и сердца?**
  - а) потягивания
  - б) ходьба на месте
  - в) рывки руками
  - г) наклоны туловища
  
- 5. Какие из приведённых физических упражнений содействуют формированию осанки?**
  - а) упражнения, стоя у стены
  - б) упражнения с предметом на голове
  - в) упражнения для укрепления мышечного корсета
  - г) все перечисленные упражнения
  
- 6. Как называется способность человека согласовывать движения различных частей тела?**
  - а) координация движений
  - б) подвижность
  - в) пластичность
  - г) двигательная деятельность
  
- 7. Какое физическое качество при высоком уровне развития позволяет избежать травм?**
  - а) быстрота
  - б) гибкость
  - в) выносливость
  - г) всё перечисленное

- 8. Какая из перечисленных закаливающих процедур НЕ относится к водным?**
- а) моржевание
  - б) обтирание
  - в) обливание
  - г) хождение босиком по снегу
- 9. В каком виде спорта существует дисциплина, проводимая в закрытых помещениях и на открытом воздухе?**
- а) тяжёлая атлетика
  - б) самбо
  - в) спортивная гимнастика
  - г) легкая атлетика
- 10. Какой из видов спорта относится к единоборствам?**
- а) фехтование
  - б) стрельба
  - в) теннис
  - г) регби
- 11. Как называются физические упражнения, в которых содержатся элементы или связки разучиваемого нового движения?**
- а) идеомоторные упражнения
  - б) подготовительные упражнения
  - в) подводящие упражнения
  - г) сопряжённые упражнения
- 12. Какое физическое качество или способность оценивается при выполнении теста «шестиминутный бег»?**
- а) скоростно-силовые способности
  - б) скоростные способности
  - в) выносливость
  - г) способность различать интервалы времени
- 13. Какое из контрольных упражнений определяет уровень развития силы?**
- а) нанесение точек на листе бумаги за 10 секунд
  - б) 6-минутный бег
  - в) поднимание туловища из положения лёжа
  - г) ходьба по бревну
- 14. Какое расстояние до ворот при выполнении штрафного броска в гандболе?**
- а) 7 метров
  - б) 9 метров
  - в) 11 метров
  - г) 15 метров



**II. Задания, в которых необходимо вписать ответ**

*Завершите утверждение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.*

**15. Назовите беговую дисциплину комплекса ГТО, в которой необходимо преодолеть короткую дистанцию с резкой сменой направления движения.**

**16. Какое испытание комплекса ГТО выполняется из исходного положения вис на перекладине?**

**17. Назовите игровой вид спорта, инициатором зарождения которого в 1895 г. являлся американский тренер Уильям Морган.**

**18. Состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.**

**III. Задания на установление соответствия между понятиями**

*Ответ буквами запишите в бланк ответов.*

**19. Установите соответствие между видами спорта и размерами площадки в соответствии с правилами.**

1) 40 м × 20 м	А) баскетбол
2) 120 м × 90 м	Б) футбол
3) 18 м × 9 м	В) гандбол
4) 28 м × 15 м	Г) волейбол

**20. Установите соответствие между спортивными сооружениями и видами спорта.**

1) легкая атлетика	а) ринг
2) теннис	б) трасса
3) фигурное катание	в) тир
4) бокс	г) стадион
5) лыжные гонки	д) каток
6) стрельба	е) корт

**21. Установите соответствие между физическими упражнениями и физическими качествами.**

1) в виси на перекладине поднимание ног	А) гибкость
2) бег на лыжах 2000 м	Б) сила
3) старты по сигналу	В) ловкость
4) наклоны в стороны	Г) выносливость
5) жонглирование тремя мячами	Д) быстрота

**БЛАНК ОТВЕТОВ:**

**I. Задания с выбором одного правильного ответа**

№ вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»
1 +				X
2 -			X	
3 -				X
4 +		X		
5 +				X
6 +	X			
7 +		X		
8 +				X
9 -	X			
10 +	X			

№ вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»
11 -		X		
12 -				X
13 +			X	
14 +	X			

95.

**II. Задания, в которых необходимо вписать ответ**

15. Челночный бег +

16. Подтягивания +

17. Большой теннис -

18. Ячмень - 45.

**III. Задания на установление соответствия между понятиями**

19.

1	2	3	4
А	Б	В	Г
-	+	+	-

20.

1	2	3	4	5	6
А	Б	В	Г	Д	Е
+	+	+	+	+	+

21.

1	2	3	4	5
А	Б	В	Г	Д
+	+	+	+	+

13

265





*Годен*



**ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ  
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ. 2019–2020 уч. г.  
МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП. 7–8 КЛАССЫ**

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР**

**Инструкция по выполнению заданий**

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

Задания объединены в 3 группы:

**I. Задания с выбором одного правильного ответа №№ 1–14.** При выполнении этих заданий необходимо выбрать единственный правильный вариант из предложенных. Среди вариантов могут встретиться частично правильные, не подходящие в качестве ответа.

Выборный 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 №№ 15–18.** При выполнении этих заданий необходимо установить соответствие между понятиями, вписав в бланк ответов соответствующие буквы.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2 балла.

**III. Задания на установление соответствия между понятиями № 19–21.**

При выполнении данного задания необходимо из представленного перечня слов составить определение, вписав номера слов в бланк ответов.

Каждое верное утверждение в этой группе оценивается в 1 балл.

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. **Что является олимпийскими наградами?**
  - а) медали
  - б) кубки
  - в) денежное вознаграждение
  - г) медали и дипломы
  
2. **Как по преданию появилась дистанция в 1 стадий при участии Геракла в Древних олимпийских играх?**
  - а) расстояние было отмерено 600 стопами
  - б) расстояние было отмерено 100 шагами
  - в) расстояние, пройденное за время восхода солнца
  - г) расстояние до линии горизонта
  
3. **Кто был первым председателем Российского олимпийского комитета?**
  - а) Н.А. Панин-Коломенкин
  - б) А.Д. Бутовский
  - в) В.И. Срезневский
  - г) В.Г. Смирнов
  
4. **Какие из упражнений утренней гигиенической гимнастики используются для усиления работы лёгких и сердца?**
  - а) потягивания
  - б) ходьба на месте
  - в) рывки руками
  - г) наклоны туловища
  
5. **Какие из приведённых физических упражнений содействуют формированию осанки?**
  - а) упражнения, стоя у стены
  - б) упражнения с предметом на голове
  - в) упражнения для укрепления мышечного корсета
  - г) все перечисленные упражнения
  
6. **Как называется способность человека согласовывать движения различных частей тела?**
  - а) координация движений
  - б) подвижность
  - в) пластичность
  - г) двигательная деятельность
  
7. **Какое физическое качество при высоком уровне развития позволяет избежать травм?**
  - а) быстрота
  - б) гибкость
  - в) выносливость
  - г) всё перечисленное

8. **Какая из перечисленных закаливающих процедур НЕ относится к водным?**
- а) моржевание
  - б) обтирание
  - в) обливание
  - г) хождение босиком по снегу
9. **В каком виде спорта существует дисциплина, проводимая в закрытых помещениях и на открытом воздухе?**
- а) тяжёлая атлетика
  - б) самбо
  - в) спортивная гимнастика
  - г) легкая атлетика
10. **Какой из видов спорта относится к единоборствам?**
- а) фехтование
  - б) стрельба
  - в) теннис
  - г) регби
11. **Как называются физические упражнения, в которых содержатся элементы или связки разучиваемого нового движения?**
- а) идеомоторные упражнения
  - б) подготовительные упражнения
  - в) подводящие упражнения
  - г) сопряжённые упражнения
12. **Какое физическое качество или способность оценивается при выполнении теста «шестиминутный бег»?**
- а) скоростно-силовые способности
  - б) скоростные способности
  - в) выносливость
  - г) способность различать интервалы времени
13. **Какое из контрольных упражнений определяет уровень развития силы?**
- а) нанесение точек на листе бумаги за 10 секунд
  - б) 6-минутный бег
  - в) поднятие туловища из положения лёжа
  - г) ходьба по бревну
14. **Какое расстояние до ворот при выполнении штрафного броска в гандболе?**
- а) 7 метров
  - б) 9 метров
  - в) 11 метров
  - г) 15 метров



**II. Задания, в которых необходимо вписать ответ**

*Завершите утверждение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.*

15. Назовите беговую дисциплину комплекса ГТО, в которой необходимо преодолеть короткую дистанцию с резкой сменой направления движения.

16. Какое испытание комплекса ГТО выполняется из исходного положения вис на перекладине?

17. Назовите игровой вид спорта, инициатором зарождения которого в 1895 г. являлся американский тренер Уильям Морган.

18. Состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.

**III. Задания на установление соответствия между понятиями**

*Ответ буквами запишите в бланк ответов.*

19. Установите соответствие между видами спорта и размерами площадки в соответствии с правилами.

1) 40 м × 20 м	<del>А) баскетбол</del>
2) 120 м × 90 м	<del>Б) футбол</del>
3) 18 м × 9 м	<del>В) гандбол</del>
4) 28 м × 15 м	<del>Г) волейбол</del>

20. Установите соответствие между спортивными сооружениями и видами спорта.

1) легкая атлетика	<del>а) ринг</del>
2) теннис	<del>б) трасса</del>
3) фигурное катание	<del>в) тир</del>
4) бокс	<del>г) стадион</del>
5) лыжные гонки	<del>д) каток</del>
6) стрельба	<del>е) корт</del>

21. Установите соответствие между физическими упражнениями и физическими качествами.

1) в висе на перекладине поднимание ног	<del>А) гибкость</del>
2) бег на лыжах 2000 м	<del>Б) сила</del>
3) старты по сигналу	<del>В) ловкость</del>
4) наклоны в стороны	<del>Г) выносливость</del>
5) жонглирование тремя мячами	<del>Д) быстрота</del>

**БЛАНК ОТВЕТОВ:**

**I. Задания с выбором одного правильного ответа**

№ вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»
1 - ✓	✓			
2 - ✓			✓	
3 <del>✓</del> ✓		✓		
4 + ✓		✓		
5 - ✓			✓	
6 + ✓	✓			
7 + ✓		✓		
8 + - ✓				✓
9 + ✓				✓
10 + ✓	✓			

№ вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»
11 + ✓			✓	
12 + ✓			✓	
13 + ✓			✓	
14 - ✓		✓		

95.

**II. Задания, в которых необходимо вписать ответ**

15. Чешочный белок +

16. Адаптация на высокой перекидке +

17. —

18. —

45.

**III. Задания на установление соответствия между понятиями**

19.

1	2	3	4
б	в	г	а
-	-	-	+

20.

1	2	3	4	5	6
в	б	г	а	б	в
+	+	+	+	+	+

21.

1	2	3	4	5
б	в	г	а	б
+	+	+	+	+

125.

-10.

255.







93-9-8-14

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.**






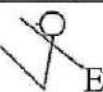
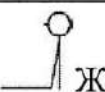


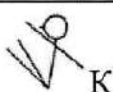
И.П. – сед

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).

**БЛАНК ОТВЕТОВ**

**I. Задания с выбором одного правильного ответа**

№ вопроса	Варианты ответов				№ вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»		«а»	«б»	«в»	«г»
1.			X		6.				X
2.	X				7.		X		
3.			X		8.	X			
4.		X			9.		X		
5.				X					

+  
+  
+  
+  
40

**II. Задания, в которых необходимо вписать ответ**

10. Текашон

11. Бейка

12.

13. ~~Фальстарт~~ Фальстарт

—  
—  
+  
20

**III. Задание на установление последовательности слов**

14. 

2	9	4	8	6	1	5	3	7	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

+30

**IV. Задания на установление соответствия между понятиями**

15. 

1	2	3	4	5	6
Е	А	Г	В	С	Б

16. 

1	2	3	4	5
Б	А	В	Г	Е

+  
+  
+  
+  
+  
20  
50

**V. Задание – описание гимнастического упражнения**

17.A 

И.П.	1.	2.	3.	4.
	X	Г	Г	А

17.B 

И.П.	1.	2.	3.	4.
	Б	А	Г	Е

18. 1 разбег, 2 подготовка к прыжку 3. перепроливание, 4 приземление.

19 ответ 35.  $\frac{123}{a} \cdot 65235$





*Турбег*

**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. *Навык*
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





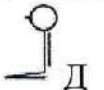




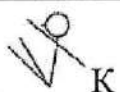
**V. Задание – описание гимнастического упражнения**

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.  
*Прыжок в длину с места, прыжок в длину с разбега*

**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).

$$123 - 100\% \quad X = \frac{123 \cdot 65}{100} = 79,95 \approx 80 \text{ кг.}$$

$$X - 65\%$$

5 Ответ: вес штанги =  
= 79,95 ≈ 80 кг.



**БЛАНК ОТВЕТОВ**

**I. Задания с выбором одного правильного ответа**

№ вопроса	Варианты ответов				№ вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»		«а»	«б»	«в»	«г»
1.	X				6.		X		
2.			X		7.	X			
3.			X		8.	X			X
4.	X				9.		X		
5.			X						

**II. Задания, в которых необходимо вписать ответ**

10. Современное триеборье  
 11. Уилборд  
 12. Навык  
 13. Вальшмарт

**III. Задание на установление последовательности слов**

14. 

2	9	4	8	6	1	5	3	7	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

**IV. Задания на установление соответствия между понятиями**

15. 

1	2	3	4	5	6
В	Д	Б	А	Е	Г

16. 

1	2	3	4	5
В	А	Б	Д	Г

**V. Задание – описание гимнастического упражнения**

- 17.A 

И.П.	1.	2.	3.	4.
А	Б	А	Г	А

- 17.B 

И.П.	1.	2.	3.	4.
А	Е	А	Г	А

21

~~21~~

35





45-12-6 К

Тюбес. 13,5

**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) бобсleigh
  
- 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.**





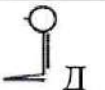
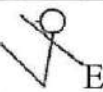
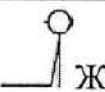



И.П. – сед

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.**

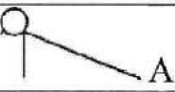
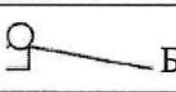
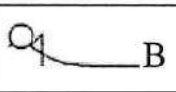
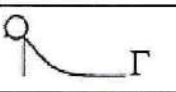




И.П. – упор лёжа

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).

### БЛАНК ОТВЕТОВ

#### I. Задания с выбором одного правильного ответа

№ вопроса	Варианты ответов				№ вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»		«а»	«б»	«в»	«г»
1.		X			6.				X
2.			X		7.		X		
3.		X	<del>X</del>		8.	X	X		
4.			X		9.		X		
5.			X						

#### II. Задания, в которых необходимо вписать ответ

10.		0
11. <i>вращения</i>		0
12.		0
13. <i>французский</i>		1

#### III. Задание на установление последовательности слов

14.	к	д	ч	р	б	з	т	п	с	л	0
-----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

#### IV. Задания на установление соответствия между понятиями

15.	1 <i>б</i>	2	3	4	5	6 <i>н</i>	1
	1	0	0	0	0	0	
16.	1 <i>д</i>	2 <i>а</i>	3 <i>р</i>	4 <i>в</i>	5 <i>с</i>		3
	0	1	1	0	1		

#### V. Задание – описание гимнастического упражнения

17.A	И.П.	1.	2.	3.	4.	3
	<i>м</i>	<i>б</i>	<i>м</i>	<i>н</i>	<i>м</i>	

17.B	И.П.	1.	2.	3.	4.	0
	<i>а</i>	<i>е</i>	<i>а</i>	<i>д</i>	<i>а</i>	

18. *прыжок в длину с разбега!*  
*прыжок в длину с места.* 0,5



Тюбес

ОРЗ-11-1-М



**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.**



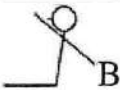



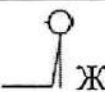


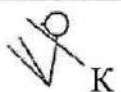
И.П. – сед

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.**



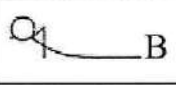





И.П. – упор лёжа

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).

### БЛАНК ОТВЕТОВ

#### I. Задания с выбором одного правильного ответа

№ вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»
1. <input type="radio"/>	X			
2. <input type="radio"/>			X	
3. <input type="radio"/>				X
4. <input type="radio"/>		X		
5. <input type="radio"/>			X	

№ вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»
6. <input type="radio"/>				X
7. <input type="radio"/>		X		
8. <input type="radio"/>	X			
9. <input type="radio"/>		X		

45.

#### II. Задания, в которых необходимо вписать ответ

10. Бел, табачные, вискоза
11. углеводы +
12. предостеречь самого себя
13. дрэмльстарт + 45.

#### III. Задание на установление последовательности слов

14. 

2	9	4	8	6	1	5	3	7	10
+	+	+	+	+	+	+	+	+	+

 35.

#### IV. Задания на установление соответствия между понятиями

15. 

1	2	3	4	5	6
В	Д	Е	А	Б	Г
+	+	-	-	-	-

16. 

1	2	3	4	5
В	А	Б	Д	Г
+	+	+	+	+

 75.

#### 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
+	+	+	+	+

 65.



18) • Прямая в гущу е разбегла +  
 • Прямая с шестом +  
 • Прямая вперсе -

15.

19)  $123 : 100 \cdot 65 = 79,95 \text{ кл}$

$$123 - 100\%$$

$$79,95 - 65\%$$

Ответ: 79,95 кл

35.

285.





Тюбес. (16,5) ФРЗ-10-8-М

**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...

- |                   |                    |
|-------------------|--------------------|
| а 1. на сигналы   | б 6. и реагировать |
| в 2. способность  | г 7. отрезок       |
| д 3. минимальный  | д 8. действия      |
| ж 4. двигательные | з 9. выполнять     |
| и 5. за           | и 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



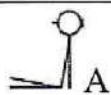

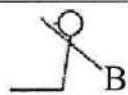

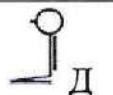

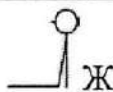



**V. Задание – описание гимнастического упражнения**

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

**Упражнение А.**

И.П. – сед

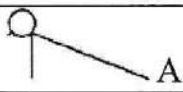
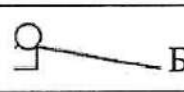
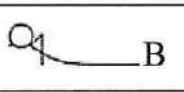





1. – сед углом
- 2 – И.П.
3. – сед согнув ноги
4. – И.П.

 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).*

### БЛАНК ОТВЕТОВ

#### I. Задания с выбором одного правильного ответа

№ вопроса	Варианты ответов				№ вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»		«а»	«б»	«в»	«г»
0 0 1 0 1	1.		<input checked="" type="checkbox"/>		6.		<input checked="" type="checkbox"/>		0
	2.			<input checked="" type="checkbox"/>	7.	<input checked="" type="checkbox"/>			0
	3.		<input checked="" type="checkbox"/>		8.	<input checked="" type="checkbox"/>			0
	4.	<input checked="" type="checkbox"/>			9.		<input checked="" type="checkbox"/>		1
	5.		<input checked="" type="checkbox"/>						

#### II. Задания, в которых необходимо вписать ответ

10. \_\_\_\_\_ 0

11. \_\_\_\_\_ 0

12. Уверенность, трудолюбие, работоспособность. Страх, неуверенность в себе. 0

13. Фальш-старт 1

#### III. Задание на установление последовательности слов

14. 

2	9	4	8	6	1	5	3	7	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

 3

#### IV. Задания на установление соответствия между понятиями

15. 

1	2	3	4	5	6
В	Д	А	Е	Б	Г
1	1	1	1	0	0

 4

16. 

1	2	3	4	5
В	А	Б	Г	Д
1	1	1	1	1

 5

#### V. Задание – описание гимнастического упражнения

17.А 

И.П.	1.	2.	3.	4.

 0

17.Б 

И.П.	1.	2.	3.	4.

 0

18. 1) Притиски в длину с разбегом, 2) в воду, прыжки 0,5





42/11-01

Тюбес

**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!*

(19,4) 2



**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. *Вода*
12. Выделение положительных, а также отрицательных качеств, которые необходимо преодолеть в процессе самовоспитания. *Тривалка*
13. . Преждевременный старт до сигнала судьи-стартёра. *Ральис-старт*

### **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.


**Упражнение Б.**

И.П. – упор лёжа

1. – упор лёжа на согнутых руках
- 2 – И.П.
3. – упор лёжа на бедрах
4. – И.П.


**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, составляющей 65% от максимального веса.

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

### БЛАНК ОТВЕТОВ

#### I. Задания с выбором одного правильного ответа

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

№ вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»
6. +		<del>✓</del>		✓
7. +		✓		
8. +	✓	✓		
9. -				✓

58

#### II. Задания, в которых необходимо вписать ответ

10. \_\_\_\_\_
11. Вода \_\_\_\_\_
12. Привычка \_\_\_\_\_
13. Ральшестарт + 28 \_\_\_\_\_

#### III. Задание на установление последовательности слов

14. 

2	9	4	8	6	1	5	3	7	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

 35

#### IV. Задания на установление соответствия между понятиями

15. 

1	2	3	4	5	6
В +	Г -	А +	Д -	Е -	Б +

16. 

1	2	3	4	5
В +	А +	Б +	Д +	Г +

 85

#### V. Задание – описание гимнастического упражнения

- 17.А 

И.П.	1.	2.	3.	4.
Ж	Б	Ж	Г	Ж

 385

- 17.Б 

И.П.	1.	2.	3.	4.
А	Б	А	Г	А

 —

11

$$19. \quad 123 - 100\%$$

$$X - 65\%$$

$$X = \frac{123 \cdot 65}{100} = \frac{7995}{100} = 79,95 \approx 80 \text{ кр}$$

Ответ: 80кк

03-14-12

38

248



