

**ТЕКСТЫ ОЛИМПИАДНЫХ ЗАДАНИЙ ДЛЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО ЭТАПА  
ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ ПО ПРЕДМЕТУ  
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В 2023/24 УЧЕБНОМ ГОДУ.**

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ**

**9-11 классы**

**I. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ**

**Инструкция по выполнению теоретико-методического задания**

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

Задания объединены в 7 групп:

**I. Задания в закрытой форме №№ 1–15** с выбором одного правильного ответа из предложенных вариантов. Задания представлены в форме незавершенных утверждений, которые при завершении могут оказаться либо истинными, либо ложными. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильное завершение из предложенных вариантов. Правильным является то, которое наиболее полно соответствует смыслу утверждения.

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

1     а     б     в     г

Ряд заданий оцениваются, если отмечены все зачетные варианты. Это условие указано в задании: **«отметьте все позиции»**.

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.

**II. Задания в открытой форме №№ 16–20.** При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подбранное определение разборчиво вписывайте в соответствующую графу бланка ответов, не допуская исправления и орфографические ошибки.

**III. Задание на установления соответствия №№ 21,22.** При выполнении задания №21 необходимо установить соответствие между с различными отклонениями в состоянии здоровья спортсменов и Международными спортивными соревнованиями, в которых они имеют право выступать. В задании №22 необходимо установить соответствие между частями урока и задачами, решаемыми на уроке. Ответы записывайте буквами в бланк ответов.

**IV. Задание № 23 процессуального и алгоритмического толка.**

При выполнении задания необходимо указать верную последовательность при составлении комплекса ОРУ, позиции необходимо занести цифрами в бланк ответов.

**V. Задание, связанное с перечислением. №24.**

**VI. Задание с графическим изображением (пиктограммой) №26.** При выполнении этого задание, необходимо правильно дать название виду спорта изображенному на картинке (пиктограмме) свой ответ записать в бланк ответов.

**VII. Задание - задача №27.**

**При выполнении этого задания разрешается использовать черновик. Записи, выполненные на черновике, не оцениваются.**

***Время выполнения заданий – 45 минут.***

Контролируйте время выполнения задания.

Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов.

За допущенные участником в ответах *орфографические ошибки* ответ считается *неверным*.

Все *исправления и зачеркивания* квалифицируются как *неверный* ответ.

***Желаем успеха!***

## ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

### *Задания в закрытой форме*

*Завершите утверждения, отмечая соответствующие поля бланка ответов.*

**1. Годичный цикл спортивной тренировки делится на следующие периоды:**

- а. Втягивающий, базовый, восстановительный;
- б. Подготовительный, соревновательный, переходный;
- в. Тренировочный, основной, соревновательный;
- г. Осенний, зимний, весенний, летний.

**2. Развитие организма человека называется?**

- а. Онтогенезом;
- б. Филогенезом;
- в. Социогенезом;
- г. Антропогенезом.

**3. Состояние организма, характеризующееся функциональными изменениями, произошедшими под влиянием выполнения упражнений, обозначается как ...**

- а. Развитие;
- б. Закалённость;
- в. Тренированность;
- г. Подготовленность.

**4. Главной причиной нарушения осанки является...**

- а. Слабость мышц;
- б. Привычка к определённым позам;
- в. Отсутствие движений во время школьных уроков;
- г. Ношение сумки, портфеля в одной руке.

**5. Основной методики воспитания физических качеств является...**

- а. Цикличность воздействий;
- б. Возрастная адекватность нагрузки;
- в. Постепенное повышение силы воздействия;
- г. Систематичность выполнения упражнений.

**6. Кто из футболистов СССР становился обладателем Золотого мяча, как лучший футболист мира?**

- а. Лев Яшин;
- б. Олег Блохин;
- в. Игорь Беланов;
- г. Константин Бесков.

**(Отметить все позиции)**

**7. На какой дистанции Климент Колесников в 2023 году на кубке России в городе Казань установил мировой рекорд 23,55 сек ?**

- а. 50 м кроль на спине;
- б. 50 м брасс;
- в. 50 м баттерфляй;
- г. 50 м вольный стиль.

**8. Какой вид гибкости проявляется при маховых движениях с большой амплитудой?**

- а. Активная статическая;
- б. Пассивная статическая;
- в. Активная динамическая;
- г. Пассивная динамическая.

**9. Сколько раз в течение года спортсмен может быть протестирован на наличие допинга?**

- а. Один раз в год;
- б. Не более одного раза в месяц;
- в. Каждый раз при выступлении на соревнованиях;
- г. Неограниченное количество раз.

**10. Как снизить объём нагрузки в упражнении с внешним отягощением?**

- а. Снизить вес отягощения;
- б. Уменьшить количество повторений;
- в. Снизить скорость выполнения упражнений;
- г. Уменьшить время отдыха между выполнениями упражнений.

**11. Для оценивания состояния нервной регуляции сердечно-сосудистой системы используются следующие функциональные пробы с переменной положения тела...**

- а. Генчи;
- б. Клиностатическая;
- в. Ортостатическая;
- г. Ромберга.

**(Отметить все позиции)**

**12. Какой из методов физического воспитания предусматривает непрерывное выполнение физического упражнения?**

- а. Повторный;
- б. Интервальный;
- в. Равномерный;
- г. Наглядный.

**13. Как называется положение занимающегося на снаряде, когда его плечи находятся выше точки опоры?**

- а. Сед;
- б. Стойка;
- в. Упор;
- г. Вис.

**14. Какое максимально возможное количество золотых знаков ВФСК ГТО может получить человек, рожденный в 2018 году?**

- а. 11;
- б. 13;
- в. 15;
- г. 18.

**15. В каких странах пройдет чемпионат мира по футболу в 2026 году?**

- а. США;
- б. Канада;
- в. Мексика;
- г. Аргентина.

**(Отметить все позиции)**

**Задания в открытой форме**

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

**16. Количество лет между играми XXII Олимпиады и XXII зимними Олимпийскими играми составило?**

**17. Действие обучающихся, связанное с увеличением интервала и дистанции.**

**18. Ничья в шахматной партии...**

**19. Основное рабочее движение, обеспечивающее продвижение пловца в воде, называется...**

**20. Воспроизведение упражнения, чаще всего точное по форме, но без значительных усилий.**

**Задания на установления соответствия**

**21. Соотнесите спортсменов с различными отклонениями в состоянии здоровья и Международными спортивными соревнованиями, в которых они имеют право выступить. Ответ буквами запишите в бланк ответа.**

Спортсмены с:		Международные соревнования	
1.	поражениями опорно-двигательного аппарата	А.	Специальная олимпиада
2.	поражениями органов слуха	Б.	Паралимпийские игры

3.	дефектами зрения	В.	Сурдлимпийские игры
4.	поражением интеллекта	Г.	Олимпийские игры

22. Установите соответствие между задачами и частями урока, в которых они должны решаться...

Части урока	Задачи
1. Подготовительная	А. формирование профессионально-прикладных знаний, умений и навыков
	Б. расслабление напряжённых мышц
2. Основная	В. воспитание физических качеств
	Г. психологическая установка
3. Заключительная	Д. ознакомление с задачами следующего урока
	Е. постепенная функциональная подготовка

**Задание процессуального и алгоритмического толка**

23. Установите верную последовательность, для составления комплекса ОРУ, ответ впишите цифрами.

1. Упражнения силового характера;
2. Упражнения для шеи и рук;
3. Упражнения для ног;
4. Упражнения для туловища.

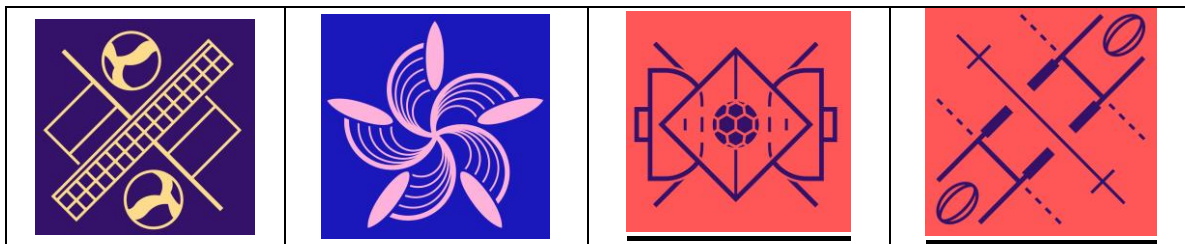
**Задание, связанное с перечислением.**

24. Перечислите известные Вам способы лазания по канату.

**Задание с графическим изображением (пиктограммой)**

25. Назовите представленные на картинках пиктограммы видов спорта Олимпийских игр 2024 в Париже.

1	2	3	4
---	---	---	---



Задание- задача

26. Рассчитайте среднюю скорость рекорда в беге на 100 м среди мужчин, установленного в 2009 году Усейном Болтом. Запишите решение, ответ округлите до десятых и запишите в км/ч.

**Вы выполнили задание!  
Поздравляем!**