

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП

Рубцовский район

12 декабря 2020 Г.

ОЛИМПИАДНАЯ РАБОТА

Ученика И класса

ШКОЛЫ Самарская СОШ

(наименование образовательной организации)

Мурзинцев Роман Викторович

(Ф.И.О.)

Учитель: Заварзин Максим Игоревич

(Ф. И. О полностью)

Номер задания	1	2	3	4	5	6	итог
Баллы	12	12	9	0	6	22	43

Члены жюри:

- Тыщенко О.И.- Новоалександровская СОШ
- Кононов С.А. – Веселоярская СОШ

Фамилия Маринин Имя Василий Отчество Викторович
 Субъект Федерации РФ
 Город/село Самарка
 Школа МБОУ "Самарская СОШ"
 Класс 11

БЛАНК ОТВЕТОВ 9-11 класс

I. Задания в закрытой форме

№ вопроса	Варианты ответов	№ вопроса	Варианты ответов
-1.	а б в <u>Г</u>	-12	а <u>б</u> в г
1 + 2.	а б в <u>Г</u>	-13	<u>а</u> б в г
1 + 3.	<u>а</u> б в г	1 + 14	а б <u>в</u> г
1 + 4.	<u>а</u> б в г	1 + 15	а <u>б</u> в г
-5.	<u>а</u> б в г	1 + 16	а б в <u>Г</u>
1 + 6.	а б <u>в</u> г	-17	а б <u>в</u> г
1 + 7.	а б в <u>Г</u>	-18	а <u>б</u> в г
1 + 8.	<u>а</u> б в г	-19.	<u>а</u> б в г
1 + 9.	а б <u>в</u> г	-20.	а б в <u>Г</u>
-10.	а б <u>в</u> г	1 + 21.	а <u>б</u> в г
1 + 11.	<u>а</u> б в г		

II. Задания в открытой форме

- 2 + 22. самостоятельно
 2 + 23. барьер
 2 + 24. выполнить
 2 + 25. интервью
 2 + 26. спортивная
 2 + 27. 6 м

III. Задание в форме, предполагающей перечисление

- 3,5 28. орган, ткань, нерв, клетка, излучение тепла, оптический стержень

3 29. ⁺гранада, ⁺шар, ⁺ядро, ⁺мяч, ⁺капке, ⁺фиск, ⁺мяч

2,5 30. ⁺баскетбол, ⁺футбол, ⁺гольф, ⁺волейбол, ⁺гандбол, ⁺водное поло

IV. Задание алгоритмического толка

- 31. 3

V. Задания на установление соответствия между понятиями

32.

1	2	3	4	5	6	7	8
Г	Ч	Б	А	Е	В	Д	А
+	+	+	+	+	+	+	+

33.

1.	2.	3.	4.
В	Г	А	Б
+	+	+	+

VI. Задание с графическими изображениями

34.

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

VII. Задача

2,5
2+

35. 49, самое разное

Оценка (слагаемые и сумма) 435

Подписи членов жюри

1. Задания в закрытой форме
Ответьте на вопрос или завершите утверждения, отмечая соответствующие поля бланка ответов.

1. По каким направлениям развивалось физическое воспитание в конце XVIII – в начале XX в.?

- а) реабилитационному и адаптивному;
- б) гимнастическому и силовому;
- в) гимнастическому и спортивно-игровому;
- г) атлетическому и гимнастическому.

2. Первые зимние Олимпийские игры прошли в ...

- а) 776 году;
- б) 1881 году;
- в) 1896 году;
- г) 1924 году.

3. Сколько очков дают в баскетболе за попадание в корзину при броске со средней или близкой дистанции?

- а) 2 очка;
- б) 3 очка;
- в) 4 очка;
- г) 5 очков.

4. Длина стандартной беговой дорожки 400 м, ширина...

- а) 1,22 м;
- б) 1,11 м;
- в) 2,25 м;
- г) 2,10 м.

5. К одновременным лыжным ходам относятся...

- а) ход плугом;
- б) попеременный двухшажный;
- в) четырёхшажный ход;
- г) двухшажный ход.

6. Рефлекторная деятельность составляет основу жизнедеятельности человека, какие виды рефлексов различают?

- а) центробежный и врожденный;
- б) возбуждённый и заторможенный;
- в) безусловный и условный;
- г) периферический и вегетативный.

7. В покое частота дыхания человека обычно составляет...

- а) 8-12 раз в 1 мин;
- б) 12-16 раз в 1 мин;
- в) 10-14 раз в 1 мин;
- г) 18-24 раза в 1 мин.

8. Что отражает показатель ЧСС (частота сердечных сокращений)?

- а) Функциональное состояние сердечно-сосудистой системы;
- б) Специальную работоспособность человека;
- в) Функциональные возможности системы дыхания.

9. Во время утренней гигиенической гимнастики рекомендуется выполнять в следующей последовательности....

- 1. упражнения, укрепляющие основные мышечные группы;
 - 2. упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса;
 - 3. упражнения на дыхание, расслабление и восстановление;
 - 4. упражнения, способствующие переходу организма в рабочее состояние;
 - 5. упражнения для ног: выпады, приседания, подскоки;
 - 6. упражнения, активизирующие деятельность сердечно-сосудистой системы;
 - 7. упражнения, увеличивающие гибкость.
- а) - 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7;
 - б) - 7, 5, 3, 6, 1, 2, 4;
 - в) - 4, 6, 1, 7, 2, 5, 3;
 - г) - 5, 4, 6, 2, 3, 7, 1.

10. Какие объективные показатели используются в процессе самоконтроля?

- а) самочувствие и настроение;
- б) пульс и артериальное давление;
- в) умственная и физическая работоспособность;
- г) аппетит и сон.

11. Какое физическое качество развивается при беге на длинные дистанции?

- а) выносливость;
- б) быстрота;
- в) сила;
- г) гибкость.

12. Сколько очков начисляется при попадании штрафного броска в баскетболе?

- а) 4;
- б) 3;
- в) 2;
- г) 1.

13. Группа, которая формируется из учащихся без отклонений в состоянии здоровья, имеющих достаточную физическую подготовленность, называется:

- а) физкультурной группой;
- б) спортивной группой;
- в) основной медицинской группой;
- г) здоровой медицинской группой.

14. Частыми повреждениями суставов являются:

- а) открытый перелом;
- б) ушиб мягких тканей;
- в) вывих и растяжение связок;
- г) закрытый перелом.

15. Физкультурный комплекс «Готов к труду и обороне СССР» (ГТО) был введен в...

- а) 1928 году;
- б) 1931 году;
- в) 1940 году;
- г) 1951 году.

16. Теоретико-методический раздел учебного предмета «Физическая культура» в программе общеобразовательной школе включает...

- а) фундаментальные знания общетеоретического характера;
- б) инструктивно-методические знания;
- в) знания о правилах выполнения двигательных действий;
- г) всё перечисленное.

17. Годичный цикл спортивной тренировки делится на следующие периоды:

- а) втягивающий, базовый, восстановительный;
- б) подготовительный, соревновательный, переходный;
- в) тренировочный, соревновательный и восстановительный;
- г) осенний, зимний, весенний, летний.

18. Какой метод, позволяющий воспринимать силу, является основным?

- а) метод круговой тренировки с выполнением упражнений на 8-10 станциях;
- б) перемещенный метод, позволяющий варьировать интервалы отдыха между подходами к снарядам;
- в) метод повторного упражнения с использованием непредельных отягощений в упражнениях, выполняемых до отказа;
- г) Метод переменного непрерывного упражнения.

19. Универсальным источником энергии во всех живых организмах является...

- а) глюкоза;
- б) аденозиндифосфорная кислота;
- в) аденозинтрифосфорная кислота;
- г) молочная кислота.

III. Задание в форме, предполагающей перечисление

28. Перечислите олимпийские символы —
29. Перечислите известные вам снаряды для метания *фрагмента, копья*
30. Перечислите игровые виды спорта, в которых спортивный результат определяется конечным эффектом (счетом) за определенное, лимитированное регламентом время —

IV. Задание алгоритмического толка

31. Определите правильную последовательность выполнения кувьрка вперед.

1. начало движения, толчок, перекат в группировке, завершение движения;
2. перекат в группировке, завершение движения, начало движения, толчок;
3. толчок, начало движения, перекат в группировке, завершение движения;
4. начало движения, перекат в группировке, толчок, завершение движения.

V. Задания на установление соответствия между понятиями

32. На последних зимних Олимпийских играх 2018 года в Пхёнчхане российские спортсмены в составе сборной Олимпийских спортсменов из России завоевали 17 медалей в различных видах спорта в отдельных дисциплинах олимпийской программы. Установите соответствие между именами атлетов и видами спорта:

1. Никита Трегубов	А Лыжные гонки
2. Александр Энберт	Б Шорт-трек

20. Какой режим нагрузки соответствует частоте сердечных сокращений от 140 до 160 ударов в минуту?

- а) оздоровительный
- б) поддерживающий
- в) развивающий
- г) тренирующий

21. При закрытом переломе кости необходимо:




- а) перевязать место повреждения;
- б) наложить шину;
- в) напоить сладким чаем, кофе;
- г) обработать место перелома зеленкой, наложить жгут.

II. Задания в открытой форме

22. Субъективные ощущения, являющиеся показателем влияния физических упражнений на организм физкультурника и спортсмена, это ...
23. Спортивные приспособления, используемые для бега с препятствиями в ходе тренировок и спортивных соревнований, называются...
24. Способность организма к продолжительному выполнению какой-либо работы без заметного снижения работоспособности, называется *выносливостью*
25. Дыхательный пигмент эритроцитов, участвующий в переносе кислорода от органов дыхания к тканям и углекислого газа от тканей к дыхательным органам и имеющий красный цвет, называется ...
26. Комплексные соревнования, проводимые по нескольким видам спорта, называются ...
27. С какого возраста можно выполнять нормативы комплекса ГТО?

3. Семён Елистратов	В Фристайл
4. Александр Большунов	Г Скелетон
5. Наталья Воронина	Д Фигурное катание
6. Сергей Ридзик	Е Конькобежный спорт
7. Алина Загитова	
8. Андрей Ларьков	

33. Установите соответствие между фазами забега и изображениями.





1. Старт Б	
2. Разбег Г	
3. Бег на дистанции А	

4. Финиш **6**








VI. Задание с графическими изображениями.

34. Определите правильную последовательность упражнений при обучении приседаний с гирями. Ответ цифрами запишите в бланк ответов.

1.		6.	
2.		7.	

623184759

3.	 Валики на груди		 Выгибывание
4.	 Полуприсяд		 Обручение
5.	 Половое положение перед наклоном назад		

$$\begin{array}{r} 4400 \\ - 604 \\ \hline 1360 \\ - 1359 \\ \hline 1 \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 151 - 100 \\ 44 - x \end{array}$$

$$x = \frac{44 \cdot 100}{151}$$

99

VII. Задача

35. Рассчитайте и оцените гармоничность телосложения школьника, если окружность грудной клетки 74 см, рост 151 см.

$$\begin{array}{r} 151 - 100 \\ x = 74\% \end{array}$$

$$x = \frac{151 \cdot 74}{100}$$

$$\begin{array}{r} 151 \\ \times 74 \\ \hline 604 \\ 1054 \\ \hline 11144 \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 11144 \\ - 100 \\ \hline 1114 \\ - 11 \\ \hline 11133 \end{array}$$