

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ  
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ 2020–2021 уч. г.  
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП  
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР  
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 5 групп.

**I. Задания в закрытой форме, т. е. с предложенными вариантами ответов (а, б, в, г).** При выполнении этих заданий необходимо выбрать единственно правильный вариант из предложенных. Среди вариантов могут встретиться частично правильные, не подходящие в качестве ответа. Правильным является только один ответ – тот, который наиболее полно соответствует смыслу утверждения. Выбранный вариант отмечается зачёркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в» или «г».

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте задания, которые не удаётся выполнить сразу. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенным заданиям.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 1 балл.

**II. Задания в открытой форме, т. е. без предложенных вариантов ответов.** При выполнении этих заданий необходимо самостоятельно сформулировать правильный ответ. Ответы вписывайте в соответствующую графу бланка ответов.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2 балла.

**III. Задания на установление соответствия между понятиями.** Каждое правильно установленное соответствие этой группы оценивается в 1 балл.

**IV. Задание на установление правильной последовательности слов.** Правильно установленная последовательность оценивается в 3 балла.

**V. Задание – описание гимнастического упражнения.** Правильно описанное гимнастическое упражнение оценивается в 3 балла.

Контролируйте время выполнения задания.

Полноценное выполнение третьей, четвёртой и пятой групп заданий может потребовать большего времени.

Время выполнения всех заданий – 45 минут.

Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов. Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ.

***Желаем успеха!***

**I. Задания в закрытой форме.**

*Ответ отмечайте зачёркиванием соответствующего квадрата в бланке.*

- 1. Где захоронено сердце Пьера де Кубертена?**
  - а) Лозанна;
  - б) Париж;
  - в) Афины;
  - г) Олимпия.
- 2. К какой разновидности физической культуры относится утренняя зарядка?**
  - а) гигиенической;
  - б) производственной;
  - в) базово-продолжительной;
  - г) лечебной.
- 3. В каком году был создан Российский олимпийский комитет?**
  - а) в 1911 году;
  - б) в 1896 году;
  - в) в 1908 году;
  - г) в 1924 году.
- 4. Какие упражнения нужно использовать для профилактики нарушений осанки?**
  - а) сложно-координационные;
  - б) циклические;
  - в) скоростно-силовые;
  - г) силовые.
- 5. Воспитание какого физического качества повышает уровень работоспособности?**
  - а) выносливости;
  - б) быстроты;
  - в) ловкости;
  - г) гибкости.
- 6. Какие упражнения используют для увеличения силы?**
  - а) махи с максимальной амплитудой;
  - б) движения с максимальной частотой;
  - в) с сопротивлением партнёра;
  - г) всё перечисленное.
- 7. В каком виде спорта не ограничено количество замен?**
  - а) в футболе;
  - б) в волейболе;
  - в) в баскетболе;
  - г) всё перечисленное.

**8. Какие виды гибкости различают?**

- а) предварительную и главную;
- б) активную и пассивную;
- в) подготовительную и основную;
- г) силовую и скоростную.

**9. Какие упражнения применяют для профилактики плоскостопия?**

- а) прыжки;
- б) ходьбу босиком по песку;
- в) приседание со штангой;
- г) статические упражнения.

**10. Что является отличительной чертой физической культуры?**

- а) двигательная деятельность;
- б) занятия в фитнес-клубе;
- в) выступление на соревнованиях;
- г) повышение уровня физического развития.

**11. Какой метод физического воспитания рекомендуют использовать для повышения интереса и эмоциональности занятий?**

- а) круговой;
- б) интервальный;
- в) игровой;
- г) соревновательный.

**12. Как называется изгиб позвоночника назад в грудном отделе?**

- а) остеопороз;
- б) лордоз;
- в) хондроз;
- г) кифоз.

**13. Что относится к гигиеническим факторам, как к средствам физического воспитания?**

- а) оптимизация условий жизни и обеспечение оптимальных условий для занятий физическими упражнениями;
- б) соблюдение норм и требований, предъявляемых гигиеной к общему режиму труда и отдыха;
- в) соблюдение норм и требований, предъявляемых гигиеной к общему режиму жизни;
- г) соблюдение норм и требований, предъявляемых гигиеной к питанию, бытовой обстановке, уходу за телом.

**14. Кто в настоящее время является министром спорта РФ?**

- а) П.А. Колобков;
- б) О.В. Матыцин;
- в) С.А. Поздняков;
- г) В.Л. Мутко.

**15. В каком виде спорта продолжительность основного игрового времени меньше чем в остальных?**

- а) в футболе;
- б) в хоккее;
- в) в баскетболе;
- г) в гандболе.

**II. Задания в открытой форме.**

*Ответ впишите в соответствующую графу бланка.*

**16. Заключительная часть многоступенчатых соревнований с выбыванием, в которых участвует определённое число спортсменов или команд-победителей полуфинала и в которых выявляется победитель.**

**17. Движение тела вокруг вертикальной оси.**

**18. Комплексное спортивное сооружение, включающее спортивное ядро, окружённое трибунами для зрителей, площадки для спортивных игр и другие сооружения.**

**19. Назовите вид спорта Андрея Кириленко, за которым закрепилось прозвище АК-47, в настоящий момент он занимает пост президента Российской спортивной федерации.**

**20. Лёгкая обувь, предназначенная для занятий гимнастикой, акробатикой и другими похожими видами спорта.**

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

*Ответ записывайте в соответствующую графу бланка.*

**21. Установите соответствие между городом и годом проведения зимних Олимпийских игр.**

1) 1924	А) Сочи
2) 1956	Б) Пекин
3) 1994	В) Шамони
4) 2014	Г) Лиллехаммер
5) 2022	Д) Кортина-д'Ампеццо

**22. Установите соответствие между определением и термином.**

1) Результат физической подготовки, выражается в достигнутом уровне работоспособности, включает в себя и способность выполнять двигательные действия, являясь предметом специализации в требуемом режиме	А) Физическое состояние
2) Оптимальная мера всесторонней физической подготовленности и гармоничного физического развития, наиболее полно отвечающая требованиям жизни	Б) Спортивная форма

3) Совокупность телесных свойств человека и обусловленных ими функциональных возможностей, сложившихся к тому или иному этапу индивидуального физического развития	В) Физическое совершенство
4) Состояние оптимальной готовности спортсмена к достижению высоких спортивных результатов	Г) Физическая подготовленность

**23. Установите соответствие между зимними видами спорта и принадлежностью их к олимпийской и неолимпийской программе.**

1) зимние олимпийские виды спорта	А) биатлон
	Б) скелетон
	В) балет на льду
	Г) ледолазание
2) зимние неолимпийские виды спорта	Д) кёрлинг
	Е) хоккей с мячом
	Ж) лыжное двоеборье

**IV. Задание на установление правильной последовательности слов.**

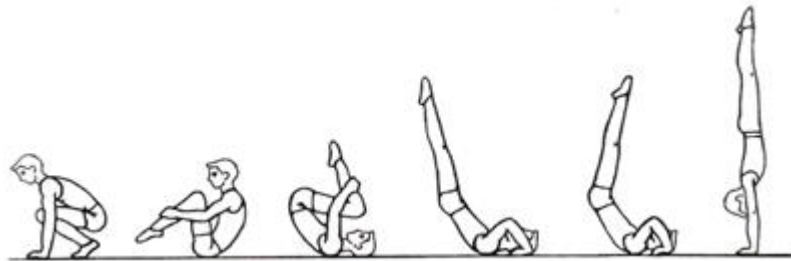
**24. Установите последовательность действий в заключительной части урока.**

- а) подведение итогов;
- б) направленное переключение организма на восстановительный режим функционирования;
- в) объяснение домашнего задания;
- г) построение.

**V. Задание – описание гимнастического упражнения.**

**25. Дайте правильную формулировку гимнастическому упражнению.**

Используя предложенный перечень слов выберите нужные и расположите в верной последовательности при описании гимнастического упражнения.



1. в группировке
2. в основную стойку
3. в стойку на руках
4. вперёд
5. с выходом
6. из
7. кувырок
8. назад
9. перекат
10. приседа
11. прогнувшись
12. согнувшись
13. упора лёжа
14. упора присев

### Бланк ответа

#### I. Задания в закрытой форме.

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

№ вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»
11	а	б	в	г
12	а	б	в	г
13	а	б	в	г
14	а	б	в	г
15	а	б	в	г

#### II. Задания в открытой форме.

№ вопроса	Ответ
16	
17	
18	
19	
20	

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

21.	1	2	3	4	5

22.	1	2	3	4

23.	1	2

#### IV. Задания на установление правильной последовательности слов.

24.	1	2	3	4

#### V. Задание – описание гимнастического упражнения.

25.	
-----	--

Оценка (слагаемые и сумма) \_\_\_\_\_

Подписи членов жюри \_\_\_\_\_

**ТЕХНОЛОГИЯ**  
**оценки качества выполнения теоретико-методических заданий**  
**Всероссийская олимпиада школьников**  
**по физической культуре 2020–2021 уч. г. 9–11 классы**

**Школьный этап**

**I.** Задания в закрытой форме, т. е. с предложенными вариантами ответов (а, б, в, г) оцениваются в 1 балл, неправильно выполненное задание – 0 баллов.

**II.** Задания в открытой форме, т. е. без предложенных вариантов ответов: правильное утверждение оценивается в 2 балла, неправильное – 0 баллов.

**III.** Задания на установление соответствия между понятиями: каждое верное утверждение этой группы оценивается в 1 балл, неправильное – 0 баллов.

**IV.** Задание на установление правильной последовательности слов. Правильно установленная последовательность оценивается в 3 балла, неправильная – 0 баллов.

**V.** Задание – описание гимнастического упражнения. Правильно описанное гимнастическое упражнение оценивается в 3 балла, неправильное – 0 баллов.

Рекомендуем в бланке ответов отмечать оценку каждого задания.

Итоговая оценка представляется суммой баллов оценки выполненных заданий.

Задания в закрытой форме – в сумме максимум 15 баллов (15 вопросов).

Задания в открытой форме – в сумме максимум 10 баллов (5 вопросов).

Задание на соответствие – в сумме максимум 16 баллов (3 вопроса).

Задание на установление правильной последовательности слов – в сумме максимум 3 балла (1 вопрос).

Задание – описание гимнастического упражнения – в сумме максимум 3 балла (1 вопрос).

Максимально возможная сумма – всего 47 баллов.

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

Итоги испытания оцениваются по формуле:

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

$X_i$  – зачётный балл  $i$ -го участника;

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

$N_i$  – результат  $i$ -го участника в конкретном задании;

$M$  – максимально возможный или лучший результат в конкретном задании.

Например, результат участника в теоретико-методическом задании составил 44 балла ( $N_i = 44$ ) из 47 максимально возможных ( $M = 47$ ). Согласно настоящим критериям и методике оценивания максимально возможный зачётный балл по данному заданию составляет 20 ( $K = 20$ ). Подставляем в формулу значения  $N_i$ ,  $K$ , и  $M$  и получаем зачётный балл:

$$X_i = \frac{20 \cdot 44}{47} = 18,7 \text{ баллов}$$



### Ответы:

#### I. Задания в закрытой форме.

№ Вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»
1				Г
2	а			
3	а			
4				Г
5	а			
6			В	
7			В	
8		б		
9		б		
10	а			
11			В	
12				Г
13	а			
14		б		
15			В	

#### II. Задания в открытой форме.

№ вопроса	Ответ
16	финал
17	поворот
18	стадион
19	баскетбол
20	чешки

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

21.	1	2	3	4	5
	В	Д	Г	А	Б

22.	1	2	3	4
	Г	В	А	Б

23.	1	2
	А-Б-Д-Ж	В-Г-Е

#### IV. Задания на установление правильной последовательности слов.

24.	1	2	3	4
	Б	Г	А	В

#### V. Задание – описание гимнастического упражнения.

25.	6-14-7-8-1-3
	6-14-7-8-3