

9-11 КЛАСС
ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ ТУР

Уважаемый участник!

Вам предлагается 30 заданий, соответствующих требованиям к уровню знаний учащихся общеобразовательных школ по предмету «Физическая культура».

Задания объединены в 7 групп:

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

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



Правильное решение задания в закрытой форме с выбором одного правильного ответа оценивается в 1 балл, неправильное – 0 баллов.

2. Задания в открытой форме, то есть без предложенных вариантов ответов. При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать ответ, который завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подобранный ответ вписывается в соответствующую графу бланка ответов.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2 балла, неправильные – 0 баллов.

3. Задания на соответствие, то есть задания, в которых элементы одного множества требуется поставить в соответствие с элементами другого множества.

В заданиях на соответствие двух столбцов каждый правильный ответ оценивается в 1 балл, каждый неправильный ответ – 0 баллов.

4. Задания процессуального или алгоритмического толка, то есть задания, в которых требуется определить последовательную последовательность явлений, фактов.

Правильное решение задания оценивается в 1 балл, неправильное решение – 0 баллов.

5. Задания в форме, предполагающей перечисление известных Вам фактов, характеристик и тому подобного. Задан должен быть разборчивыми. Жюри оценивает каждую, предоставленную Вами позицию.

В выполненном задании, связанном с перечислением или описаниями, каждая верная позиция оценивается в 0,5 балла.

6. Задание, связанное с графическими изображениями двигательных действий, то есть задания, в которых Вам необходимо изобразить схематически заданные изменения.

В выполненном задании, связанном с графическими изображениями каждое верное изображение оценивается в 0,5 балла

7. Задание-задача

Полный верный ответ, оценивается в 5 баллов. Если допущена арифметическая ошибка при подсчете значений, но указан верный уровень силовой индикса, то ответ оценивается в 2 балла. Если указан верный уровень, без решения и полученного вычисления, то ответ оценивается в 0 баллов. Неверный ответ и отсутствие решения оценивается в 0 баллов.

Максимально возможный уд. который может получить участник олимпиады составляет 48,5 балла.

Время выполнения заданий – 45 минут.

Будьте внимательны, отмечая правильные ответы в бланке. Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ.
Желаем успеха!

ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

1. Возникновение видов спорта в паралимпийских играх связано с именем...

А	Эндрю Парсонс
Б	Томас Бах
В	Деметриус Викасас
Г	Людынг Гутман

2. Документ, в котором изложены основополагающие принципы Олимпизма, правила, принятые международным олимпийским комитетом, называется...

А	Хартия
Б	Преамбула
В	Устав
Г	Кодекс

3. Общее собрание членов МОК называется ...

А	Конгрессом
Б	Консилиумом
В	Сессией
Г	Съездом

4. Борьба или состязание у греков и римлян называется ...

А	Калокататия
Б	Эллинизм
В	Агон
Г	Пентагтон

5. Член Древнерусского комитета, который выполнял функции современного судьи во время проведения Олимпиад называется...

А	Эпанолик
Б	Лангиста
В	Эфеб
Г	Мастер

6. Атрибуты Олимпийских игр, используемые международным олимпийским комитетом для продвижения идеи олимпийского движения во всем мире, называются ...

А	Логотип
Б	Бренд
В	Реквизит
Г	Символика

7. Совокупность приемов и средств, принимаемая для достижения конкретно поставленной в соревновании цели и основанная на расчете реальных возможностей спортсмена и его соперников, называются ...

А	Стратегия
Б	Тактика
В	Замысел
Г	Методика

8. Отдельная футбольная игра называется...

А	Посиделок
Б	Турнир
<input checked="" type="radio"/> В	Матч
Г	Тайм

9. Бита в кёрлинге, изготовленная из гранита называется...

А	Диск
<input checked="" type="radio"/> В	Шток
В	Шайба
Г	Камень

10. Объединение команд (клубов), участвующих в одной структуре системы соревнований называется...

А	Союз
<input checked="" type="radio"/> Б	Лига
В	Ассоциация
Г	Дивизион

11. Движения человека, обеспечивающие активное перемещение в пространстве (бег, ходьба, прыжки, плавание и т. п.) называется...

А	Фальстарт
Б	Динамика
<input checked="" type="radio"/> В	Локомоции
Г	Финты

12. Порошок белого цвета, применяемый для улучшения сцепления ладоней гимнаста со снарядом или ладоней акробатов в парных акробатических упражнениях, называется...

А	Магнезия
<input checked="" type="radio"/> Б	Тальк
В	Сфагурм
Г	Пудра

13. Совокупность сведений о здоровье человека, истории его болезней, жизни, спортивной подготовке, сообщаемые самим человеком или знающими его людьми называется...

А	Биография
Б	Диагноз
В	Опрос
<input checked="" type="radio"/> Д	Анамнез

14. Механическое воздействие специальными приемами на ткани и органы человека, осуществляемое аппаратом или руками называется...

А	Лифтинг
Б	Пиллинг
<input checked="" type="radio"/> В	Массаж
Г	Липо-акция

15. Способность спортсмена превратить (предугадывать) действия и движения соперника и партнера до их реального осуществления называется...

А	Антиципация
Б	Амплитация
В	Предусмотрительность
<input checked="" type="radio"/> Д	Протноз

16. Тактическое действие спортсмена с целью занять более выгодное положение по отношению к сопернику, создать благоприятную ситуацию для выполнения действий называется...

А	Принём
<input checked="" type="radio"/> Б	Манёвр
В	Уловка
Г	Изворот

17. Основная группа велосгонщиков в групповой шоссейной гонке называется...

А	Слурт
Б	Кроссинг
<input checked="" type="radio"/> В	Пелетон
Г	Гандикап

18. Дозированное восстановление по специальным маршрутам в холмистой местности с подъемами от 3 до 15-20 градусов, называется...

А	Воркаут
Б	Терренкур
В	Джампинг
<input checked="" type="radio"/> Д	Джоггинг

19. Техничко-тактический элемент, в спортивных играх и единоборствах, имеющий целью отвлечь внимание, обмануть соперника при помощи ложного движения или имитации движения называется...

А	Трюк
Б	Приём
В	Форгелль
<input checked="" type="radio"/> Д	Финт

20. Завершите утверждения, вписав соответствующее слово в бланк ответов. Металлическая, деревянная или пластиковая вертикальная стойка, на которой размещен флаг или флажок называется... *флашмак*

21. Завершите утверждения, вписав соответствующее слово в бланк ответов. Конечная игра с мячом 7 на 7 игроков, по 6 полевых и вратарь в каждой команде, называется... *сандбол*

22. Завершите утверждения, вписав соответствующее слово в бланк ответов. Поворот на беговой дорожке стадиона называется... *берпас*

23. Завершите утверждения, вписав соответствующее слово в бланк ответов. Металлический спортивный снаряд для развития силы мышц рук и плечевого пояса, представляет собой литую короткую ручку с круглыми шарами на концах, называется... *шарлот*

24. Завершите утверждения, вписав соответствующее слово в бланк ответов.
 Расстояние между стойками в строю по фронту называется... интервал

25. Установите соответствие между понятием и определением ...

Понятие	Определение
1. ловля	а) технический прием в командных спортивных играх, заключающийся в направлении игроком мяча партнеру для разветвления атакующих взаимодействий
2. бросок	б) технический прием, который позволяет погасить скорость движения мяча с целью взять его под контроль
3. перехват	в) технический прием, которым пользуются спортсмены в спортивных играх для остановки, приема и фиксирования мяча руками
4. передача	г) результативное защитное действие игрока, которое приводит к отбору мяча у соперника
	д) резкий замах рукой или удар ногой, посылающий мяч в каком-либо направлении

26. Установите соответствие между понятием и определением ...



Понятие	Определение
1. лейкоциты	а) клетки крови, основная функция которых участие в свертывании крови
2. гемоглобин	б) красные клетки крови
3. тромбоциты	в) особый железосодержащий белок крови сложной структуры
4. плазма	г) бесцветные клетки крови
	д) жидкий компонент крови



27. Проставьте цифры в графе последовательность, указав зону мощности работы, в зависимости от ее продолжительности, начиная с наименьшего времени...

Виды плавания	Последовательность
а) субмаксимальной мощности	4
б) умеренной мощности	1
в) большой мощности	2
г) зона максимальной мощности	3

28. Перечислите виды женского семинобря в легкой атлетике (летний сезон):
100 м, 200 м, 400 м, 800 м, 1000 м, 1500 м, 2000 м, 3000 м, 4000 м, 5000 м, 6000 м, 8000 м, 10000 м, 12000 м, 15000 м, 20000 м, 25000 м, 30000 м, 40000 м, 50000 м, 60000 м, 80000 м, 100000 м

29. Впишите название снарядов в спортивной гимнастике:

30. Задание-задача

Определите уровень силового индекса у испытуемого, если масса тела равна 52,7 кг, а динамометрия кисти 23 кг, используя формулу и критерии силового индекса, указанные в таблице.

СИ = динамометрия кисти(кг) / вес тела (кг) × 100%

* При расчете силового индекса получают результат, округлив до десятых значений.

Критерийные значения

Уровень	Критерии
Низкое среднее	< 48%
Средний	48-50 %
Выше среднего	> 50%

Напишите решение и впишите полученные значения.

Решение: $(23 : 52,7) \cdot 100\% \approx 0,4$

Ответ: Силовой индекс 0,4 Уровень силового индекса 60%



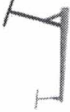

БЛАНК ОТВЕТОВ

№ вопроса	Варианты ответов				№ вопроса	Варианты ответов			
	а	б	в	г		а	б	в	г
1			<input checked="" type="checkbox"/>		11			<input checked="" type="checkbox"/>	
2	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>			12		<input checked="" type="checkbox"/>		
3		<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>		13		<input checked="" type="checkbox"/>		
4		<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>		14		<input checked="" type="checkbox"/>		
5	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>			15		<input checked="" type="checkbox"/>		
6		<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>		16		<input checked="" type="checkbox"/>		
7		<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>		17		<input checked="" type="checkbox"/>		
8		<input checked="" type="checkbox"/>			18		<input checked="" type="checkbox"/>		
9		<input checked="" type="checkbox"/>			19		<input checked="" type="checkbox"/>		
10		<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>						
20	различия								
21	наоборот								
22	напротив								
23	напротив								
24	наоборот								
25	1		<input checked="" type="checkbox"/>						
	2		<input checked="" type="checkbox"/>						
	3		<input checked="" type="checkbox"/>						
	4		<input checked="" type="checkbox"/>						
26	1		<input checked="" type="checkbox"/>						
	2		<input checked="" type="checkbox"/>						
	3		<input checked="" type="checkbox"/>						
	4		<input checked="" type="checkbox"/>						

27	а	б	в	г

28. 100 с барьером 100, 900, прыжок в длину, прыжок в высоту, шестовое прыжок, шестовое прыжок

29. Впишите название снарядов в спортивной гимнастике:

	Поромленные брусья
	Конь
	Бревно
	разновысоты брусья

30. Задание-задача

Напишите решение и впишите полученные значения.

Решение: (23 : 52, 8) * 100% ≈ 0,44
 Ответ: Силовой индекс 0,44 Уровень силового индекса 60%