**ЗАДАНИЯ ДЛЯ ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ**

**ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

**(ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП) 2023–2023 УЧЕБНЫЙ ГОД**

**Теоретический тур**

**для проверки уровня теоретических знаний по предмету:**

**«Физическая культура» обучающихся 9-11-х классов.**

***Уважаемый участник!***

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям по предмету «Физическая культура». Задание состоит:

**1. З*адание в закрытой форме с выбором одного или нескольких правильных ответов****,* при ответе на тесты определите верный ответ и впишите букву в таблицу, соответствующую выбранному Вами ответу.

***2. Задание в открытой форме***, при выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать определение, поставить число которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подобранное определение вписывайте в соответствующую графу бланка ответов.

***3. Задание на соответствие***, то есть необходимо установить соответствие между элементами, предложенными для решения задачи.

***4. Задание процессуального или алгоритмического толка****,* то есть определить правильную последовательность действий.

***5. Задание в форме перечисления****,* предполагает перечислить известные факты, характеристики и т.д.

***6.*** **Задания с иллюстрациями или графическими изображениями двигательныхдействий** (пиктограммы).

***7. Задание-кроссворд.***

За каждый правильный ответ Вы можете получить определённое количество баллов, не. выше указанной максимальной оценки. **8.Задание-задача** ***Максимальное количество баллов-***

**ВРЕМЯ ВЫПОЛНЕНИЯ ЗАДАНИЙ** **45 минут.**

Желаем успеха

**I. Задания в закрытой форме, с выбором одного или нескольких правильных ответов.**

**На каком снаряде не соревнуются мужчины в спортивной гимнастике?**а) брусья  
б) бревно  
в) конь  
г) кольца  
**2. Какой из видов спорта относится к борьбе?**а) карате  
б) ушу  
в) бокс  
г) самбо  
**3. На что преимущественно воздействует бег с изменением направления  
движения?**а) на координацию движений  
б) на скоростно-силовые способности  
в) на быстроту двигательной реакции  
г) на активную гибкость

**4. К циклическим видам спорта относятся:**а) дзюдо, бокс, фехтование  
б) хоккей, волейбол, футбол  
в) плавание, лыжные гонки  
г) сёрфинг, скейтбординг  
**5. При каких условиях восстановление после продолжительного бега будет более эффективным?**а) в положении сидя  
б) в положении стоя  
в) в ходьбе  
г) в положении лёжа

**6. Трёхкратный чемпион XXIV Олимпийских зимних игр в лыжных гонках(в скиатлоне, масс-старте на 50 км и эстафете).**а) Евгений Рылов  
б) Никита Нагорный  
в) Никита Кацалапов  
г) Александр Большунов

**7. Как называется нехватка времени для совершения всех задуманных  
ходов в шахматах?**а) рокировка  
б) гамбит  
в) цейтнот  
г) шах

**8. В каком виде спорта не используется ракетка?**а) теннис  
б) лапта  
в) софтбол  
г) бадминтон  
**9. В каком году советские спортсмены бойкотировали Игры Олимпиады?**а) в 1952 году  
б) в 1980 году  
в) в 1984 году  
г) в 1992 году

**10. В каком году женщины впервые соревновались в лёгкой атлетике  
на Играх Олимпиады?**а) в 1900 году  
б) в 1904 году  
в) в 1928 году  
г) в 1936 году

**11. Как называется комплекс мероприятий, позволяющих определить  
высокую степень предрасположенности (одарённость) ребёнка,  
подростка, юноши к определённому роду спортивной деятельности  
(виду спорта)?**а) спортивный отбор  
б) контрольная прикидка  
в) просмотр  
г) спортивная ориентация

**12. Каких правил необходимо придерживаться при выполнении  
массажных приёмов?**а) Все движения рук должны проводиться параллельно направлению  
венозных и лимфатических сосудов.  
б) Все мышцы массируемого участка должны находились в  
расслабленном состоянии.  
в) Состояние мышц зависит от используемого приёма массажа.  
г) Всё вышеперечисленное.

**II. Задание в открытой форме**

**13. Назовите вид спорта, заключающийся в скольжении на гребне волны, стоя на специальной доске.**

14. **Вид спорта, представляющий собой единоборство на  
холодном спортивном оружии с определёнными правилами нанесения  
ударов и уколов.**

**15.** **Член судейской коллегии соревнований, отвечающий за фиксацию  
времени, показанного участниками, общего времени проведения  
поединка, матча.**

**16.**  **В каком городе пройдут Игры XXХIII Олимпиады?**

**III. Задание на соответствие**

**17.** **Установите соответствие между испытаниями ВФСК ГТО разных  
ступеней и физическими качествами.**

|  |  |
| --- | --- |
| 1) подтягивания | А) координационные способности |
| 2) челночный бег 3Х10м | Б) скоростные возможности |
| 3) бег на 2000 м | В) сила |
| 4) бег на 100 м | Г) гибкость |
| 5) наклон вперёд | Д) выносливость |

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

|  |  |
| --- | --- |
| 1) 1924 г | А) Сочи |
| 2) 1956 г | Б) Шамони |
| 3) 1994 г | В) Лиллехаммер |
| 4) 2014 г | Г) Кортино д'Ампеццо |

**IV. Задание процессуального или алгоритмического толка**

**19.Расположите спортивные игры в порядке возрастания максимально  
возможного количества игроков одной команды, одновременно  
находящихся на игровой площадке.**а) хоккей на траве  
б) баскетбол  
в) пляжный волейбол  
г) волейбол  
д) гандбол

**V.** **Задание в форме перечисления**

**20**. **Перечислите основные фазы движений, на которые условно подразделяют бег на короткие дистанции ( спринт).**

**VI. Задача.**

**21**. Во время нагрузки показатели ЧСС составили от 23 до 26 ударов за 10 секунд. Рассчитайте диапазон ЧСС за минуту. Результат запишите в количестве ударов в минуту.

**Ответы к заданиям**

**всероссийской олимпиады школьников по предмету**

**«Физическая культура» обучающихся 9-11-х классов.**

**2023 – 2024 учебный год школьный этап**

***I. Задание закрытого типа.***

**В заданиях № 1-12** нужно выбрать один правильный ответ.

Оценка задания: за каждый правильный вариант ответа 1 балл.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  задания | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| ответ | **Б** | **Г** | **А** | **В** | **В** | **Г** | **В** | **Б, В** | **В** |
| №  задания | 10 | 11 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| ответ | **В** | **А** | **А, Б** |  |  |  |  |  |  |

**Максимальное количество баллов за задание закрытого типа -12 балла.**

***II. Задание в открытой форме.***

Оценка задания: за каждый правильный ответ – 2 балла

**Задание № 13** «Серфинг» **-** 2 балла **Задание № 14 – «Фехтование»-** 2 балла

**Задание № 15– «Секундометрист»-** 2 балла

**Задание № 16 – «В Париже»-** 2 балла

**Максимальное количество баллов - 8 баллов.**

***III. Задание на соответствие***

**Задание 17*.*** Оценка задания: за каждый ответ 1 балл.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| **В** | **А** | **Д** | **Б** | **Г** |

**Количество баллов -5 баллов.**

**Задание18*.*** Оценка задания: за каждый ответ 1 балл.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **1** | **2** | **3** | **4** |
| **Б** | **Г** | **В** | **Д** |

**Количество баллов -4 балла.**

***IV. Задание процессуального или алгоритмического толка***

**Задание19.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** |
| Пляжный  волейбол | баскетбол | Волейбол | гандбол | Хоккей на траве |

**Вписать номера ответов в правильной последовательности. Ответ не оценивается, если нарушена последовательность.**

**Максимальное количество баллов - 5 балла.**

***V.Задание в форме перечисления***

**Задание 20.**

**Правильно установленная последовательность оценивается в 3 балла,  
неправильная – 0 баллов**

1.Старт;

2.Стартовый разгон;

3.Бег по дистанции;

4.Финиширование.

***VI. Задача.***

**Задание 21.**

**Правильно выполненное задание оценивается в 3 балла,  
неправильно – 0 баллов**

**Ответ:** 23х6=138 26х6=156

Диапазон ЧСС составляет от 138 до 156 ударов в минуту

**Максимальное количество баллов за работу – 40**