

**Всероссийская олимпиада школьников
по предмету «Физическая культура»
Школьный этап 2022 – 2023 учебный год
9-11 класс**

Инструкция по выполнению заданий

Задания объединены в 4 группы:

I. Задания в закрытой форме №№ 1-14 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 №№ 15-17, в которых необходимо завершить высказывание, то есть без предложенных вариантов ответов. При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подбранное определение пишется в соответствующую графу бланка ответов **РАЗБОРЧИВО** (печатными буквами).

III. Задание с графическими изображениями № 18. При выполнении задания необходимо написать название, представленных на картинках изображений видов спорта. Ответы вписываются в соответствующую графу бланка ответов **РАЗБОРЧИВО** (печатными буквами).

IV. Задание № 19 на соответствие, то есть соответствие предложенных вариантов заданий определенным ответам. При выполнении задания необходимо установить соответствие между видом спортивной игры и правилами соревнований.

Время выполнения заданий – 45 минут.

Контролируйте время выполнения задания.

Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов.

Ответы с ошибками в написании слов считаются НЕПРАВИЛЬНЫМИ.

Все исправления и зачеркивания квалифицируются как НЕПРАВИЛЬНЫЙ ответ.

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ

9-11 класс

Задания в закрытой форме

- 1. Министром спорта Российской Федерации в настоящее время является...**
 - а. Виталий Мутко;
 - б. Вячеслав Фетисов;
 - в. Олег Матыцин;
 - г. Павел Колобков.

- 2. В каком виде спорта проявляется простая двигательная реакция?**
 - а. в волейболе;
 - б. в вольной борьбе;
 - в. в плавании;
 - г. в спортивной гимнастике.

- 3. Вспомогательные средства физической культуры - ...**
 - а. гигиенические факторы, физические упражнения;
 - б. оздоровительные силы природы, гигиенические факторы;
 - в. оздоровительные силы природы, музыкальное сопровождение;
 - г. физические упражнения, оздоровительные силы природы.

- 4. В группу координационных способностей НЕ включается способность ...**
 - а. выполнять движения в максимальном темпе;
 - б. сохранять равновесие;
 - в. точно воспроизводить движения в пространстве;
 - г. точно дозировать величину мышечных усилий.

- 5. Годичный цикл спортивной тренировки делится на следующие периоды:**
 - а. втягивающий, базовый, восстановительный;
 - б. подготовительный, соревновательный, переходный;
 - в. осенний, зимний, весенний, летний;
 - г. тренировочный и соревновательный.

- 6. Техникой движений принято называть:**
 - а. рациональную организацию двигательных действий;
 - б. состав и последовательность движений при выполнении упражнений;
 - в. способ организации движений при выполнении упражнений;
 - г. способ рационального решения двигательной задачи.

7. Определите результат участника соревнований в кроссе с раздельным стартом, выступавшего под номером 18, если старт был одиночным через 30 с, а его время финиша равно 41 мин:

- а. 31.00;
- б. 32.00;
- в. 36.00;
- г. 45.00.

8. Первым способом прыжков в высоту, осваиваемым на уроках физической культуры в общеобразовательной школе, является...

- а. волна;
- б. перекатный;
- в. перекидной;
- г. перешагивание.

9. Изометрические упражнения преимущественно применяются при совершенствовании....

- а. общей выносливости;
- б. собственно-силовых способностей;
- в. скоростно-силовых;
- г. скоростных способностей.

10. Спортивный термин «рондат» - обозначает ...

- а. акробатический элемент;
- б. прием ведения шахматной игры;
- в. прыжок в фигурном катании;
- г. фигуру в синхронном плавании.

11. Основным методом развития быстроты в циклических видах спорта является метод ...

- а. максимальных усилий;
- б. повторный;
- в. равномерный;
- г. фартлек.

12. Какие показатели характеризуют объем нагрузки? Отметьте все позиции.

- а. время выполнения упражнения;
- б. количество повторений упражнения;
- в. продолжительность дистанции в циклических упражнениях;
- г. скорость выполнения упражнения.

13. Изменение морфофункциональных свойств организма обусловлено...

Отметьте все позиции.

- а. биологическими процессами;
- б. педагогическими процессами;
- в. физическими процессами;
- г. химическими процессами.

14. При определении жизненного индекса учитывается...

Отметьте все позиции.

- а. длина тела (рост);
- б. жизненная емкость легких;
- в. масса тела (вес);
- г. окружность грудной клетки.

Задания в открытой форме

15. Какой способ передвижения на лыжах изображен на рисунке.








16. Положение занимающегося сидя на полу или на снаряде называется...

17. Укажите количество видов (наименований) фигур, которое каждый игрок использует во время игры в шахматы. Ответ словом запишите в бланк ответов.

Задание с графическими изображениями

18. Напишите название видов спорта в соответствии с пиктограммами. Ответ словами запишите в бланк ответа.

А	Б	В	Г	Д
				

Задание на соответствие

19. Установите соответствие между видом спортивной игры и правилами соревнований. Ответ буквами запишите в бланк ответа.

Вид спортивной игры		Правила соревнований	
1	Футбол	А	Основное время игры – 90 минут. Количество игроков: 11х11. Дополнительное время (два тайма по 15 минут), серия 12-ти метровых ударов. Ничья допускается.
2	Волейбол	Б	Основное время игры – 90 минут. Количество игроков: 11х11. Дополнительное время, пенальти. Ничья допускается.
3	Баскетбол	В	Время игры - 4 периода по 8 минут каждый. Количество игроков: 7х7 . Дополнительное время: 2 периода по 3мин «чистого» времени. Далее 5-метровые броски.
4	Хоккей	Г	Время игры до 3-х побед одной команды. Количество игроков: 6х6. Ничья невозможна.
5	Хоккей с мячом	Д	«Чистое» время игры – 40 минут. Количество игроков: 5х5. Овертайм до победы.
6	Водное поло	Е	«Чистое» время игры – 60 минут. Количество игроков: 6х6. Два овертайма, буллиты до победы.

Вы выполнили задание.

Поздравляем!

ТИТУЛЬНЫЙ ЛИСТ

Всероссийская олимпиада школьников _____ этап

Заполняется ПЕЧАТНЫМИ БУКВАМИ чернилами черного или синего цвета по образцам:

А	Б	В	Г	Д	Е	Ж	З	И	К	Л	М	Н	О	П	Р	С	Т	У	Ф	Х	Ц	Ч	Ш	Щ	Ъ	Ы	Ь	Э	Ю	Я	@	8	9	,
A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z	1	2	3	4	5	6	7	0	.

ПРЕДМЕТ	<div style="border: 1px solid black; display: flex; padding: 2px;"> ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬ ТУРА </div>	КЛАСС	<div style="border: 1px solid black; display: flex; padding: 2px;"> 11 </div>
---------	---	-------	---

ДАТА	<div style="border: 1px solid black; display: flex; padding: 2px;"> 28 · 09 · 2022 </div>
------	---

ШИФР УЧАСТНИКА

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

ФАМИЛИЯ	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">Руденкова</div>
ИМЯ	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">Камила</div>
ОТЧЕСТВО	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">Владимировна</div>

Документ удостоверяющий личность

свидетельство о рождении

паспорт

Гражданство

Российская
Федерация

серия

0819

номер

584000

 Иное

Дата рождения	<div style="border: 1px solid black; display: flex; padding: 2px;"> 21 · 03 · 2005 </div>
---------------	---

Муниципалитет

МАДУ СШ 5НО

Сокращенное наименование образовательной организации (школы), город (поселок, село)

Сведения о педагогах-наставниках

1. Фамилия	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">Вергянкина</div>
Имя	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">Валентина</div>
Отчество	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">Вингоровна</div>

+

2.	<div style="border: 1px solid black; height: 30px;"></div>
----	--

Личная подпись участника


Все поля обязательны к
заполнению!

Всероссийская олимпиада школьников
Школьный этап 2022-2023 уч. год
9 – 11 класс
Теоретико-методическое задание

Шифр _____

БЛАНК ОТВЕТОВ

№ вопроса	Варианты ответов				№ вопроса	Варианты ответов			
1	a	б	<input checked="" type="checkbox"/> в	г	8	a	б	в	<input checked="" type="checkbox"/> г
2	<input checked="" type="checkbox"/> а	б	в	г	9	a	<input checked="" type="checkbox"/> б	в	г
3	<input checked="" type="checkbox"/> а	б	в	г	10	<input checked="" type="checkbox"/> а	б	в	г
4	a	б	в	<input checked="" type="checkbox"/> г	11	a	б	в	<input checked="" type="checkbox"/> г
5	a	<input checked="" type="checkbox"/> б	в	г	12	a	<input checked="" type="checkbox"/> б	<input checked="" type="checkbox"/> в	г
6	<input checked="" type="checkbox"/> а	б	в	г	13	<input checked="" type="checkbox"/> а	б	<input checked="" type="checkbox"/> в	г
7	a	<input checked="" type="checkbox"/> б	в	г	14	a	<input checked="" type="checkbox"/> б	<input checked="" type="checkbox"/> в	г

15. Попереченных рвущих ход

16. Вис

17. Шесть

18. А. Волейбол

Б. Велоспорт

В. Фехтование 2

Г. Плавание 2

Д. Гимназия атлетика 2

19.

1	2	3	4	5	6
Б	Г	Д	Е	А	В

2 2 2 2 2 2

Оценка (слагаемые и сумма баллов) 29

Подписи и ФИО членов жюри

