

Практика - № 8

Шифр С-9

Ставропольский край
Первый школьный этап Всероссийской олимпиады школьников
2023-2024 учебного года

Работа по физической культуре
ученика(цы) 9 класса
МОУ СОШ №14
пос.Краснозоринского
Новоалександровского района
Сафроновой Алены

Учитель физической культуры: Логвиненко П.П.

20 октября 2023 года

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП
9-11 классы
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР

Инструкция по выполнению заданий

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к уровню знаний учащихся общеобразовательных школ по предмету «Физическая культура». Задания объединены в 2 группы:

1. Задания в закрытой форме, то есть с предложенными вариантами ответов.

При выполнении этих заданий необходимо выбрать один из предложенных вариантов. Среди них содержатся как правильные, так и неправильные завершения, а также частично соответствующие смыслу утверждения. Правильным является только одно – то, которое наиболее полно соответствует смыслу утверждения. Выбранные варианты отмечаются зачеркиванием 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 незнакомые задания. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий.

Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 1 балл.

2. Задания в открытой форме, то есть без предложенных вариантов ответов.

При выполнении этих задания необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подобранные определение вписывайте в соответствующую графу бланка ответов.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 1 балл.

Время выполнения всех заданий – 45 минут.

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

Заполните анкету в бланке ответов: напишите свою фамилию, имя, отчество, название субъекта Федерации, город, школу и класс, который Вы представляете.

1. Инструкция к тесту мне...

- а. Понятна.
- б. Понятна отчасти.
- в. Понятна не полностью.
- г. Не понятна.

2. Вы хотели бы задать вопросы для уточнения задания?

- а. Да. б. Нет. в. Не знаю. г. Затрудняюсь ответить.

Желаем успеха!

I. Задания в закрытой форме, т. е. с предложенными вариантами ответов.

1. Когда впервые стали проводиться Паралимпийские игры:

- А) 1936 г.
- Б) 1956 г.
- В) 1960 г.
- Г) 2008 г.

2. Спортсмены Российской Федерации впервые выступили под российским флагом в:

- А) 1996 г.
- Б) 1994 г.
- В) 1992 г.
- Г) 1998 г.

3. Аббревиатура ВФСК ГТО – это:

- А) всероссийская физическая спортивная культура «Готов к труду и обороне»,
- Б) всемирная федерация спортивной культуры «Готов к труду и обороне»,
- В) высший физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»,
- Г) всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне».

4. Физическое развитие человека включает в себя ...

- А) показатели массы и длины тела, окружности грудной клетки, жизненной емкости легких, силы мышц, внешние признаки телосложения (формы грудной клетки, осанки, жировые отложения и пр.);
- Б) уровень развития двигательных качеств (силы, ловкости, быстроты, выносливости, гибкости);
- В) общую физическую подготовку и специальную физическую подготовку;
- Г) состояние здоровья.

5. Активными средствами физической реабилитации являются...

- А) аутогенная тренировка,
- Б) массаж, мануальная терапия,
- В) формы лечебной физической культуры,
- Г) фармакологическая.

6. Для сердца спортсмена характерна сниженная частота сердечных сокращений, называемая:

- А) тахикардия,
- Б) вазодилатация,
- В) брадикардия,
- Г) пульсометрия.

7. Наибольшее количество золотых олимпийских медалей завоевал пловец М. Фелпс. Их у него оказалось...

- А) 6,
- Б) 9,
- В) 15,
- Г) 23.

8. Выберите правильную последовательность действий по оказанию доврачебной помощи при ушибах мягких тканей:

- А) холод на место ушиба, покой ушибленной части тела, наложение транспортной шины, обильное тёплое питье,
- Б) холод на место ушиба, давящая повязка на область кровоизлияния, покой ушибленной части тела, придание пострадавшей конечности возвышенного положения,
- В) тепло на место ушиба, давящая повязка на область кровоизлияния, покой ушибленной части тела,
- Г) тепло на место ушиба, жгут выше области кровоизлияния, покой ушибленной части тела.

9. В период обучения в общеобразовательных школах физическое воспитание осуществляется в форме:

- А) обязательных уроков физической культуры,
 - Б) внеклассных занятий,
 - В) занятий в системе дополнительного образования,
 - Г) прогулок и дискотек.
- Отметьте все позиции

10. Какова длина дистанции в легкоатлетическом стипль-чезе?

- А) 1000 м,
- Б) 3000 м,
- В) 5000 м,
- Г) 10000 м

11. Время, отводимое команде на атаку кольца в баскетболе:

- А) 5 с,
- Б) 8 с,
- В) 14 с,
- Г) 24 с.

12. В настоящее время мировой рекорд в прыжках в длину у мужчин составляет:

- А) 8,47 м,
- Б) 8,83 м,
- В) 8,95 м,
- Г) 9,05 м.

13. Что такое адаптация?

- А) процесс приспособления организма к меняющимся условиям внешней среды,
- Б) чередование нагрузки и отдыха во время тренировочного процесса,
- В) процесс восстановления,
- Г) система повышения эффективности функционирования системы соревнований и системы тренировки.

14. Игрок какой зоны в волейболе вводит мяч в игру?

- А) первой,
- Б) второй,
- В) шестой,
- Г) не имеет значения.

15. К какому виду спорта относится понятие персьют, или пасьют (от англ. pursuit):

- А) легкая атлетика,
- Б) конный спорт,

В) плавание,

Г) биатлон.

16. Дистанции в легкой атлетике, представленные на Олимпийских играх:

А) 60 м с барьерами,

Б) 110 м,

В) 200 м,

Г) 600 м,

Д) 400 м,

Е) 800 м,

Ж) 1000 м,

З) 5000 м.

Отметьте все позиции

17. Положение борца, при котором он находится на коленях и упирается в ковер руками, обозначается термином ...

А) туше,

Б) партер,

В) полумост,

Г) мост.

18. Вид спорта, принесший наибольшее число золотых медалей Олимпийских игр 2016 г. для сборной России:

А) бокс,

Б) синхронное плавание,

В) фехтование,

Г) художественная гимнастика.

19. Определение, применяемое в волейболе: «действие игроков вблизи сетки по преграждению пути мяча, направленному соперником, поднятием руки выше верхнего края сетки» означает...

А) атакующий удар,

Б) блокирование,

В) заслон,

Г) задержка.

20. Отметьте диапазон значений, в который попадает масса мужского снаряда в толкании ядра:

А) 6 – 6,5 кг,

Б) 6,5 – 7 кг,

В) 7 – 7,5 кг,

Г) 7,5 – 8 кг.

II. Задания в открытой форме, т. е. без предложенных вариантов ответов.

Завершите определение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.

21. Путем открытого народного голосования, 22 октября 2016 года был выбран официальный талисман Чемпионата Мира - 2018 по футболу.

Им стал Забивака.

- ✓ 22. Основным источником энергии в организме служат жиры, белки, углеводы.
- ✓ 23. Материальный носитель наследственности. Структурная и функциональная единица информации, способная к воспроизведению и расположенная в хромосоме, обозначается как ген.
- ✓ 24. Напишите девиз паралимпийских игр: Дух в движении
- ✓ 25. Представьте, что Вы стали Олимпийским чемпионом. В Вашу честь поднимается флаг и играет гимн Российской Федерации. Вы, как истинный патриот страны, знаете его слова. Напишите 9 недостающих слов по порядку.
 Россия – священная наша держава,
 Россия – любимая наша отчизна.
 Могучая воля, великая слава
 Твое достоинство на все времена!
 Славься, отечество наше свободное,
 Братских народов семь вековой,
 Предками данная мудрость народная!
 Славься, отчизна! Мы гордимся тобой!

Вы закончили выполнение задания.

Поздравляем !

Президентом школы: М.В. Байрашвили
 Членом школы: А.А. Ловицкая Т.Т.
С.В. Улюсевич

