

*Пантелей Родион 11А*

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 с выбором одного правильного ответа.** 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 – тот, который наиболее полно соответствует смыслу утверждения. Выбранный вариант отмечается зачёркиванием соответствующего квадрата в бланке работы: «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 удается 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 которых необходимо вписать ответ.** При выполнении этих заданий необходимо самостоятельно подобрать недостающие слова, чтобы получилось верное утверждение. Подобранные слова вписывайте в соответствующую графу бланка работы.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2 балла.

**III. Задания на установление соответствия между понятиями.** Каждое верное утверждение 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.** Каждое верно описанное гимнастическое упражнение оценивается в 1 балл.

Контролируйте время выполнения задания.

Полноценное выполнение третьей, четвёртой и пятой групп заданий может потребовать больше 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 с выбором одного правильного ответа. Задания в закрытой форме**

**1. Каким событием для олимпийского движения ознаменован 1952 год?**

- а) состоялись первые Олимпийские игры современности;
- б) состоялся дебют команды СССР;
- в) впервые в соревнованиях приняли участие женщины;
- г) было показано максимальное количество рекордных результатов.

**2. Кто представляет страну на Олимпийских играх в соответствии с Олимпийской хартией?**

- (а) национальный олимпийский комитет;
- б) президент страны;
- в) национальные спортивные федерации;
- г) Министерство спорта.

**3. Какая страна будет местом проведения Олимпийских игр 2022 года?**

- а) Япония;
- б) Южная Корея;
- в) Китай;
- г) Индия.

**4. Как называлась дистанция на Олимпийских играх в Древней Греции, по преданиям, соответствующая 600 стопам Геракла?**

- а) спринт;
- б) эстафета;
- (в) стадий;
- г) марафон.

**5. Какой из видов спорта относится к категории спортивных игр?**

- (а) теннис;
- б) фехтование;
- в) скалолазание;
- г) дзюдо.

**6. Как называют резкое кратковременное увеличение темпа движения по ходу дистанции как тактический приём в беге на 2000 м?**

- а) спурт;
- б) старт;
- (в) форсаж;
- г) гипертрофия.

**7. К какой категории относятся гигиенические факторы, естественные силы природы и физические упражнения?**

- а) формы физической культуры;
- б) функции физической культуры;
- в) методы физической культуры;
- г) средства физической культуры.

**8. Какие из перечисленных методов можно отнести к методам словесного воздействия?**

- а) счёт во время выполнения упражнения;  
 б) хлопки для задания ритма упражнения;  
 в) сигнал свистком для начала игры;  
 г) выстрел на старте дистанции.

**9. Какое из представленных определений сформулировано верно?**

- а) физическое совершенство – это естественный процесс изменения морфофункциональных свойств организма на протяжении индивидуальной жизни;  
 б) физическое совершенство – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия;  
 в) физическое совершенство – образ жизни отдельного человека с целью профилактики болезней и укрепления здоровья;  
 г) физическое совершенство – это оптимальная мера всесторонней физической подготовленности и гармоничного физического развития, соответствующая требованиям общества.

**10. Какой из методов физического воспитания предусматривает непрерывное выполнение физического упражнения?**

- а) повторный;  
 б) интервальный;  
 в) равномерный;  
 г) наглядный.

**11. Какой вид спорта включён в программу зимних Олимпийских игр?**

- а) хоккей на траве;  
 б) скелетон;  
 в) современное пятиборье;  
 г) триатлон.

**12. Как называется нарушение осанки, характеризующееся изгибом позвоночника в сторону?**

- а) кифотическая осанка;  
 б) сколиотическая осанка;  
 в) осанка изогнутого вида;  
 г) осанка наклонного вида.

**13. Какое упражнение используется для оценки уровня выносливости на V ступени ВФСК ГТО?**

- а) плавание 50 м;  
 б) подтягивание на высокой или низкой перекладине;  
 в) бег на дистанцию 100 м;  
 г) бег на дистанцию 2000 м или 3000 м.

**14. Как называется положение занимающегося на снаряде, когда его плечи находятся выше точки опоры?**

- а) упор;
- б) вис;
- в) стойка;
- г) сед.

**15. Как называется процесс воспитания физических качеств и способностей к определённой деятельности?**

- а) физическая готовность;
- б) физическая подготовка;
- в) физическое совершенство;
- г) физическое развитие.

**II. Задания, в которых необходимо вписать ответ. Задания в открытой форме**

*Завершите определение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.*

**16. Напишите имя и фамилию президента Международного олимпийского комитета.**

**17. Как терминологически верно называется прыжок с брусьев в гимнастике?**

**18. Как называется комплексная система оздоровительных мероприятий и воздействий на организм с использованием естественных сил природы?**

**19. Как называется способность выполнять физические упражнения с максимальной амплитудой за счёт внешних сил?**

**20. Вид спорта, в котором кубок Конфедераций проходил в нашей стране за один год до Чемпионата мира-2018.**

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

**21. Установите соответствие между показателями функционирования организма и единицами их измерения.**

1. ЖЕЛ	А. мм рт. ст.
2. ЧСС	Б. секунды
3. проба Штанге	В. миллиметр
4. проба Генчи	Г. удары в минуту
5. АД	

**22. Установите соответствие между техническими приемами и видами спорта.**

1. рывок	А. дзюдо
2. бросок	Б. волейбол
3. хук	В. тяжёлая атлетика
4. пенальти	Г. бокс
5. подача	Д. футбол

**23. Установите соответствие между физическими качествами и видами спорта, в которых они преимущественно проявляются.**

1. быстрота	А. художественная гимнастика
2. гибкость	Б. лыжные гонки
3. сила	В. тяжёлая атлетика
4. выносливость	Г. прыжки в воду
5. ловкость	Д. лёгкая атлетика, бег на короткие дистанции

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

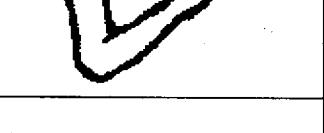
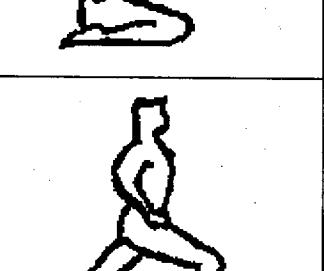
**24. Установите правильную последовательность слов в определении понятия общей выносливости.**

- а) работе  
б) к продолжительной  
в) интенсивности

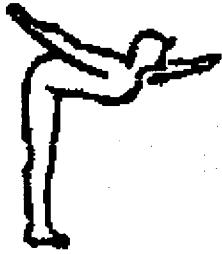
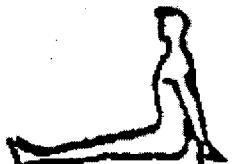
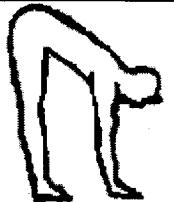
г) способность  
д) и эффективной  
е) умеренной

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

**25. Дайте правильную формулировку гимнастическим упражнениям.**

А		<p>1. Упор лёжа</p> <p>2. Выпад правой, руки на пояс</p>
Б		<p>3. Равновесие, руки в стороны</p> <p>4. Сед углом</p>
В		<p>5. Наклон прогнувшись, руки в стороны</p> <p>6. Сед</p>

Всероссийская олимпиада школьников по физической культуре. 2020–2021 уч. г.  
Школьный этап. 9–11 классы

Г		7. Упор лёжа сзади  8. Сед на пятках
Д		9. Упор стоя согнувшись  10. Наклон вперёд, опираясь руками в пол
Е		11. Сед углом, руки в стороны  12. Упор боком
Ж		13. Выпад вправо, руки на пояс  14. Упор лёжа правым боком, левая рука на пояс
З		15. Сед в упоре  16. Сед на пятках, руки на пояс

а 3 б 6 2 2 9 10 и 7 3 14

а 3 б 6 2 2 9 15 10 и 7 3 14.

**Бланк ответа**

**I. Задания с выбором одного правильного ответа.**

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

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

115

**II. Задания в открытой форме.**

№ вопроса	Ответ
16 —	—
17 —	прикусок
18 +	зачастившие
19	кипим
20 +	Футбол.

45

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

1	2	3	4	5
—	б — б —	б —	а +	

1	2	3	4	5
б +	а +	и +	и +	б +

1	2	3	4	5
и +	а +	б +	б +	и +

115

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

1	2	3	4	5	6
л	о	и	а	е	б

35

V. Задание – описание гимнастического упражнения.

25. Гимнастические упражнения.

А	правильные наклоны в стороны
Б	сед
В	наклон правой, руки на колени
Г	наклон вперед прогнувшись, руки в стороны
Д	сед вперед
Е	наклон вперед, опираясь руками в ноги
Ж	упор лежа сидя
З	упор лежа правой лягушкой, левая рука на колене

Оценка (слагаемые и сумма) 330.

Подписи членов жюри Ольга

ЧД

135

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 с выбором одного правильного ответа.** 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 – тот, который наиболее полно соответствует смыслу утверждения. Выбранный вариант отмечается зачёркиванием соответствующего квадрата в бланке работы: «а», «б», «в» или «г».

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Страйтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте задания, которые не удается 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 которых необходимо вписать ответ.** При выполнении этих заданий необходимо самостоятельно подобрать недостающие слова, чтобы получилось верное утверждение. Подобранные слова вписывайте в соответствующую графу бланка работы.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2 балла.

**III. Задания на установление соответствия между понятиями.** Каждое верное утверждение 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.** Каждое верно описанное гимнастическое упражнение оценивается в 1 балл.

Контролируйте время выполнения задания.

Полноценное выполнение третьей, четвёртой и пятой групп заданий может потребовать больше 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 с выбором одного правильного ответа. Задания в закрытой форме**

- 1. Каким событием для олимпийского движения ознаменован 1952 год?**  
а) состоялись первые Олимпийские игры современности;  
б) состоялся дебют команды СССР;  
в) впервые в соревнованиях приняли участие женщины;  
г) было показано максимальное количество рекордных результатов.
- 2. Кто представляет страну на Олимпийских играх в соответствии с Олимпийской хартией?**  
а) национальный олимпийский комитет;  
б) президент страны;  
в) национальные спортивные федерации;  
г) Министерство спорта.
- 3. Какая страна будет местом проведения Олимпийских игр 2022 года?**  
а) Япония;  
б) Южная Корея;  
в) Китай;  
г) Индия.
- 4. Как называлась дистанция на Олимпийских играх в Древней Греции, по преданиям, соответствующая 600 стопам Геракла?**  
а) спринт;  
б) эстафета;  
в) стадий;  
г) марафон.
- 5. Какой из видов спорта относится к категории спортивных игр?**  
а) теннис;  
б) фехтование;  
в) скалолазание;  
г) дзюдо.
- 6. Как называют резкое кратковременное увеличение темпа движения по ходу дистанции как тактический приём в беге на 2000 м?**  
а) спрут; \  
б) старт; —  
в) форсаж;  
г) гипертрофия. —
- 7. К какой категории относятся гигиенические факторы, естественные силы природы и физические упражнения?**  
а) формы физической культуры;  
б) функции физической культуры;  
в) методы физической культуры;  
г) средства физической культуры.

**8. Какие из перечисленных методов можно отнести к методам словесного воздействия?**

- а) счёт во время выполнения упражнения;
- б) хлопки для задания ритма упражнения;
- в) сигнал свистком для начала игры;
- г) выстрел на старте дистанции.

**9. Какое из представленных определений сформулировано верно?**

- а) физическое совершенство – это естественный процесс изменения морфофункциональных свойств организма на протяжении индивидуальной жизни;
- б) физическое совершенство – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия;
- в) физическое совершенство – образ жизни отдельного человека с целью профилактики болезней и укрепления здоровья;
- г) физическое совершенство – это оптимальная мера всесторонней физической подготовленности и гармоничного физического развития, соответствующая требованиям общества.

**10. Какой из методов физического воспитания предусматривает непрерывное выполнение физического упражнения?**

- а) повторный;
- б) интервальный;
- в) равномерный;
- г) наглядный.

**11. Какой вид спорта включён в программу зимних Олимпийских игр?**

- а) хоккей на траве;
- б) скелетон;
- в) современное пятиборье;
- г) триатлон.

**12. Как называется нарушение осанки, характеризующееся изгибом позвоночника в сторону?**

- а) кифотическая осанка;
- б) сколиотическая осанка;
- в) осанка изогнутого вида;
- г) осанка наклонного вида.

**13. Какое упражнение используется для оценки уровня выносливости на V ступени ВФСК ГТО?**

- а) плавание 50 м;
- б) подтягивание на высокой или низкой перекладине;
- в) бег на дистанцию 100 м;
- г) бег на дистанцию 2000 м или 3000 м.

14. Как называется положение занимающегося на снаряде, когда его плечи находятся выше точки опоры?

- а) упор;
- б) вис;
- в) стойка; *много*
- г) сед.



15. Как называется процесс воспитания физических качеств и способностей к определённой деятельности?

- а) физическая готовность;
- б) физическая подготовка;
- в) физическое совершенство;
- г) физическое развитие.

**II. Задания, в которых необходимо вписать ответ. Задания в открытой форме**  
Завершите определение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.

16. Напишите имя и фамилию президента Международного олимпийского комитета.

17. Как терминологически верно называется прыжок с брусьев в гимнастике?

18. Как называется комплексная система оздоровительных мероприятий и воздействий на организм с использованием естественных сил природы?

19. Как называется способность выполнять физические упражнения с максимальной амплитудой за счёт внешних сил?

20. Вид спорта, в котором кубок Конфедераций проходил в нашей стране за один год до Чемпионата мира-2018.

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

21. Установите соответствие между показателями функционирования организма и единицами их измерения.

1. ЖЕЛ	А. мм рт. ст.
2. ЧСС	Б. секунды
3. проба Штанге	В. миллиметр
4. проба Генчи	Г. удары в минуту
5. АД	

**22. Установите соответствие между техническими приемами и видами спорта.**

1. рывок	А. дзюдо
2. бросок	Б. волейбол
3. хук	В. тяжёлая атлетика
4. пенальти	Г. бокс
5. подача	Д. футбол

**23. Установите соответствие между физическими качествами и видами спорта, в которых они преимущественно проявляются.**

1. быстрота	А. художественная гимнастика
2. гибкость	Б. лыжные гонки
3. сила	В. тяжёлая атлетика
4. выносливость	Г. прыжки в воду
5. ловкость	Д. лёгкая атлетика, бег на короткие дистанции

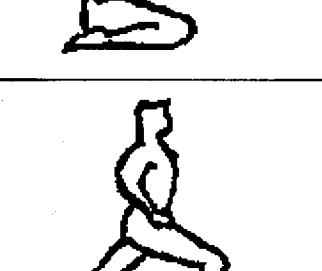
#### **IV. Задание на установление правильной последовательности слов.**

**24. Установите правильную последовательность слов в определении понятия общей выносливости.**



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

**25. Дайте правильную формулировку гимнастическим упражнениям.**

A		1. Упор лёжа 2. Выпад правой, руки на пояс
B		3. Равновесие, руки в стороны 4. Сед углом
V		5. Наклон прогнувшись, руки в стороны 6. Сед

Г		7. Упор лёжа сзади  8. Сед на пятках
Д		9. Упор стоя согнувшись  10. Наклон вперёд, опираясь руками в пол
Е		11. Сед углом, руки в стороны  12. Упор боком
Ж		13. Выпад вправо, руки на пояс  14. Упор лёжа правым боком, левая рука на пояс
З		15. Сед в упоре  16. Сед на пятках, руки на пояс

**Бланк ответа**

**I. Задания с выбором одного правильного ответа.**

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

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

105

**II. Задания в открытой форме.**

№ вопроса	Ответ
16	
17	
18	
19	
20	

0

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

21.	1	2	3	4	5
	+ +	+ —	—	0 —	5 —

22.	1	2	3	4	5
	0 B	A	Г	0 0	б

115

23.	1	2	3	4	5
	0	А	В	5	Г

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

24.	1	2	3	4	5	6
	А Б Г	Х О	а	0	е	В

0

V. Задание – описание гимнастического упражнения.

25. Гимнастические упражнения.

А +	лег чулан, руки в стороны
Б +	б/р
В +	штаны прямые, руки на поясе
Г +	гавюбесие, руки в стороны
Д +	б/р в супинах
Е +	каким вперед оторвалась руками в гол
Ж +	зиге ленса с дади
З +	тот ленса правым боком левая рука на поясе

Оценка (слагаемые и сумма) 265

Подписи членов жюри Софья

9,85

ЧР

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 с выбором одного правильного ответа.** 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 – тот, который наиболее полно соответствует смыслу утверждения. Выбранный вариант отмечается зачёркиванием соответствующего квадрата в бланке работы: «а», «б», «в» или «г».

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Страйтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте задания, которые не удается 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 которых необходимо вписать ответ.** При выполнении этих заданий необходимо самостоятельно подобрать недостающие слова, чтобы получилось верное утверждение. Подобранные слова вписывайте в соответствующую графу бланка работы.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2 балла.

**III. Задания на установление соответствия между понятиями.** Каждое верное утверждение 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.** Каждое верно описанное гимнастическое упражнение оценивается в 1 балл.

Контролируйте время выполнения задания.

Полноценное выполнение третьей, четвёртой и пятой групп заданий может потребовать больше 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 с выбором одного правильного ответа. Задания в закрытой форме**

**1. Каким событием для олимпийского движения ознаменован 1952 год?**

- а) состоялись первые Олимпийские игры современности;
- б) состоялся дебют команды СССР;
- в) впервые в соревнованиях приняли участие женщины;
- г) было показано максимальное количество рекордных результатов.

**2. Кто представляет страну на Олимпийских играх в соответствии с Олимпийской хартией?**

- а) национальный олимпийский комитет;
- б) президент страны;
- в) национальные спортивные федерации;
- г) Министерство спорта.

**3. Какая страна будет местом проведения Олимпийских игр 2022 года?**

- а) Япония;
- б) Южная Корея;
- в) Китай;
- г) Индия.

**4. Как называлась дистанция на Олимпийских играх в Древней Греции, по преданиям, соответствующая 600 стопам Геракла?**

- а) спринт;
- б) эстафета;
- в) стадий;
- г) марафон.

**5. Какой из видов спорта относится к категории спортивных игр?**

- а) теннис;
- б) фехтование;
- в) скалолазание;
- г) дзюдо.

**6. Как называют резкое кратковременное увеличение темпа движения по ходу дистанции как тактический приём в беге на 2000 м?**

- а) спурт;
- б) старт;
- в) форсаж;
- г) гипертрофия.

**7. К какой категории относятся гигиенические факторы, естественные силы природы и физические упражнения?**

- а) формы физической культуры;
- б) функции физической культуры;
- в) методы физической культуры;
- г) средства физической культуры.

**8. Какие из перечисленных методов можно отнести к методам словесного воздействия?**

- а) счёт во время выполнения упражнения;
- б) хлопки для задания ритма упражнения;
- в) сигнал свистком для начала игры;
- г) выстрел на старте дистанции.

**9. Какое из представленных определений сформулировано верно?**

- а) физическое совершенство – это естественный процесс изменения морфофункциональных свойств организма на протяжении индивидуальной жизни;
- б) физическое совершенство – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия;
- в) физическое совершенство – образ жизни отдельного человека с целью профилактики болезней и укрепления здоровья;
- г) физическое совершенство – это оптимальная мера всесторонней физической подготовленности и гармоничного физического развития, соответствующая требованиям общества.

**10. Какой из методов физического воспитания предусматривает непрерывное выполнение физического упражнения?**

- а) повторный;
- б) интервальный;
- в) равномерный;
- г) наглядный.

**11. Какой вид спорта включён в программу зимних Олимпийских игр?**

- а) хоккей на траве;
- б) скелетон;
- в) современное пятиборье;
- г) триатлон.

**12. Как называется нарушение осанки, характеризующееся изгибом позвоночника в сторону?**

- а) кифотическая осанка;
- б) сколиотическая осанка;
- в) осанка изогнутого вида;
- г) осанка наклонного вида.

**13. Какое упражнение используется для оценки уровня выносливости на V ступени ВФСК ГТО?**

- а) плавание 50 м;
- б) подтягивание на высокой или низкой перекладине;
- в) бег на дистанцию 100 м;
- г) бег на дистанцию 2000 м или 3000 м.

**14. Как называется положение занимающегося на снаряде, когда его плечи находятся выше точки опоры?**

- а) упор;
- б) вис;
- в) стойка;
- г) сед.

**15. Как называется процесс воспитания физических качеств и способностей к определённой деятельности?**

- а) физическая готовность;
- б) физическая подготовка;
- в) физическое совершенство;
- г) физическое развитие.

**II. Задания, в которых необходимо вписать ответ. Задания в открытой форме**  
*Завершите определение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.*

**16. Напишите имя и фамилию президента Международного олимпийского комитета.**

**17. Как терминологически верно называется прыжок с брусьев в гимнастике?**

**18. Как называется комплексная система оздоровительных мероприятий и воздействий на организм с использованием естественных сил природы?**

**19. Как называется способность выполнять физические упражнения с максимальной амплитудой за счёт внешних сил?**

**20. Вид спорта, в котором кубок Конфедераций проходил в нашей стране за один год до Чемпионата мира-2018.**

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

**21. Установите соответствие между показателями функционирования организма и единицами их измерения.**

1. ЖЕЛ	А. мм рт. ст.
2. ЧСС	Б. секунды
3. проба Штанге	В. миллиметр
4. проба Генчи	Г. удары в минуту
5. АД	

**22. Установите соответствие между техническими приемами и видами спорта.**

1. рывок	А. дзюдо
2. бросок	Б. волейбол
3. хук	В. тяжёлая атлетика
4. пенальти	Г. бокс
5. подача	Д. футбол

**23. Установите соответствие между физическими качествами и видами спорта, в которых они преимущественно проявляются.**

1. быстрота	А. художественная гимнастика
2. гибкость	Б. лыжные гонки
3. сила	В. тяжёлая атлетика
4. выносливость	Г. прыжки в воду
5. ловкость	Д. лёгкая атлетика, бег на короткие дистанции

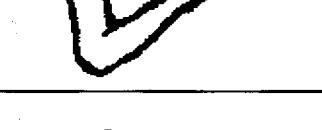
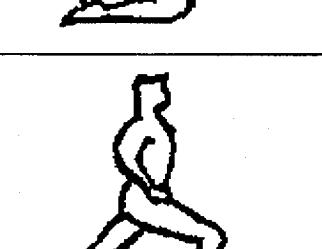
#### **IV. Задание на установление правильной последовательности слов.**

**24. Установите правильную последовательность слов в определении понятия общей выносливости.**

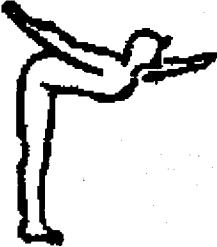
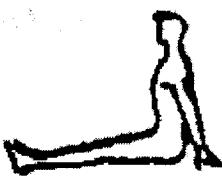


## V. Задание – описание гимнастического упражнения.

**25. Дайте правильную формулировку гимнастическим упражнениям.**

A		1. Упор лёжа 2. Выпад правой, руки на пояс
B		3. Равновесие, руки в стороны 4. Сед углом
V		5. Наклон прогнувшись, руки в стороны 6. Сед

Всероссийская олимпиада школьников по физической культуре. 2020–2021 уч. г.  
Школьный этап. 9–11 классы

Г		7. Упор лёжа сзади 8. Сед на пятках
Д		9. Упор стоя согнувшись 10. Наклон вперёд, опираясь руками в пол
Е		11. Сед углом, руки в стороны 12. Упор боком
Ж		13. Выпад вправо, руки на пояс 14. Упор лёжа правым боком, левая рука на пояс
З		15. Сед в упоре 16. Сед на пятках, руки на пояс

**Бланк ответа**

**I. Задания с выбором одного правильного ответа.**

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

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

155

**II. Задания в открытой форме.**

№ вопроса	Ответ
16	
17	Сосок
18	Закашивание
19	Пасмурная погодность
20	Футбол

85

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

21.	1	2	3	4	5
	в	г	б	а	
22.	1	2	3	4	5
	в	а	г	д	б
23.	1	2	3	4	5
	д	а	в	б	г

155

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

24.	1	2	3	4	5	6
	11	16	2	5	6	9

0

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

**25. Гимнастические упражнения.**

A	11	+
Б	16	+
В	2	+
Г	5	+
Д	6	+
Е	9	+
Ж	4	+
З	14	+

Оценка (слагаемые и сумма) 46,5

Подписи членов жюри София

18,0

*Членская Олимпиада*  
100%

**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 с выбором одного правильного ответа.** 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 – тот, который наиболее полно соответствует смыслу утверждения. Выбранный вариант отмечается зачёркиванием соответствующего квадрата в бланке работы: «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 удается 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 которых необходимо вписать ответ.** При выполнении этих заданий необходимо самостоятельно подобрать недостающие слова, чтобы получилось верное утверждение. Подобранные слова вписывайте в соответствующую графу бланка работы.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2 балла.

**III. Задания на установление соответствия между понятиями.** Каждое верное утверждение 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.** Каждое верно описанное гимнастическое упражнение оценивается в 1 балл.

Контролируйте время выполнения задания.

Полноценное выполнение третьей, четвёртой и пятой групп заданий может потребовать больше 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 с выбором одного правильного ответа. Задания в закрытой форме**

**1. Каким событием для олимпийского движения ознаменован 1952 год?**

- а) состоялись первые Олимпийские игры современности;
- б) состоялся дебют команды СССР;
- в) впервые в соревнованиях приняли участие женщины;
- г) было показано максимальное количество рекордных результатов.

**2. Кто представляет страну на Олимпийских играх в соответствии с Олимпийской хартией?**

- а) национальный олимпийский комитет;
- б) президент страны;
- в) национальные спортивные федерации;
- г) Министерство спорта.

**3. Какая страна будет местом проведения Олимпийских игр 2022 года?**

- а) Япония;
- б) Южная Корея;
- в) Китай;
- г) Индия.

**4. Как называлась дистанция на Олимпийских играх в Древней Греции, по преданиям, соответствующая 600 стопам Геракла?**

- а) спринт;
- б) эстафета;
- в) стадий;
- г) марафон.

**5. Какой из видов спорта относится к категории спортивных игр?**

- а) теннис;
- б) фехтование;
- в) скалолазание;
- г) дзюдо.

**6. Как называют резкое кратковременное увеличение темпа движения по ходу дистанции как тактический приём в беге на 2000 м?**

- а) спрут;
- б) старт;
- в) форсаж;
- г) гипертрофия.

**7. К какой категории относятся гигиенические факторы, естественные силы природы и физические упражнения?**

- а) формы физической культуры;
- б) функции физической культуры;
- в) методы физической культуры;
- г) средства физической культуры.

**8. Какие из перечисленных методов можно отнести к методам словесного воздействия?**

- а) счёт во время выполнения упражнения;
- б) хлопки для задания ритма упражнения;
- в) сигнал свистком для начала игры;
- г) выстрел на старте дистанции.

**9. Какое из представленных определений сформулировано верно?**

- а) физическое совершенство – это естественный процесс изменения морфофункциональных свойств организма на протяжении индивидуальной жизни;
- б) физическое совершенство – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия;
- в) физическое совершенство – образ жизни отдельного человека с целью профилактики болезней и укрепления здоровья;
- г) физическое совершенство – это оптимальная мера всесторонней физической подготовленности и гармоничного физического развития, соответствующая требованиям общества.

**10. Какой из методов физического воспитания предусматривает непрерывное выполнение физического упражнения?**

- а) повторный;
- б) интервальный;
- в) равномерный;
- г) наглядный.

**11. Какой вид спорта включён в программу зимних Олимпийских игр?**

- а) хоккей на траве;
- б) скелетон;
- в) современное пятиборье;
- г) триатлон.

**12. Как называется нарушение осанки, характеризующееся изгибом позвоночника в сторону?**

- а) кифотическая осанка;
- б) сколиотическая осанка;
- в) осанка изогнутого вида;
- г) осанка наклонного вида.

**13. Какое упражнение используется для оценки уровня выносливости на V ступени ВФСК ГТО?**

- а) плавание 50 м;
- б) подтягивание на высокой или низкой перекладине;
- в) бег на дистанцию 100 м;
- г) бег на дистанцию 2000 м или 3000 м.

**14. Как называется положение занимающегося на снаряде, когда его плечи находятся выше точки опоры?**

- а) упор;
- б) вис;
- в) стойка;
- г) сед.

**15. Как называется процесс воспитания физических качеств и способностей к определённой деятельности?**

- а) физическая готовность;
- б) физическая подготовка;
- в) физическое совершенство;
- г) физическое развитие.

**II. Задания, в которых необходимо вписать ответ. Задания в открытой форме**  
*Завершите определение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.*

**16. Напишите имя и фамилию президента Международного олимпийского комитета.**

**17. Как терминологически верно называется прыжок с брусьев в гимнастике?**

**18. Как называется комплексная система оздоровительных мероприятий и воздействий на организм с использованием естественных сил природы?**

**19. Как называется способность выполнять физические упражнения с максимальной амплитудой за счёт внешних сил?**

**20. Вид спорта, в котором кубок Конфедераций проходил в нашей стране за один год до Чемпионата мира-2018.**

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

**21. Установите соответствие между показателями функционирования организма и единицами их измерения.**

1. ЖЕЛ	А. мм рт. ст.
2. ЧСС	Б. секунды
3. проба Штанге	В. миллиметр
4. проба Генчи	Г. удары в минуту
5. АД	

**22. Установите соответствие между техническими приемами и видами спорта.**

1. рывок	A. дзюдо
2. бросок	Б. волейбол
3. хук	В. тяжёлая атлетика
4. пенальти	Г. бокс
5. подача	Д. футбол

**23. Установите соответствие между физическими качествами и видами спорта, в которых они преимущественно проявляются.**

1. быстрота	A. художественная гимнастика
2. гибкость	Б. лыжные гонки
3. сила	В. тяжёлая атлетика
4. выносливость	Г. прыжки в воду
5. ловкость	Д. лёгкая атлетика, бег на короткие дистанции

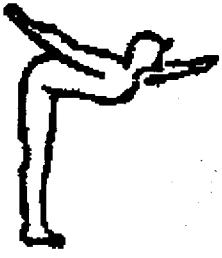
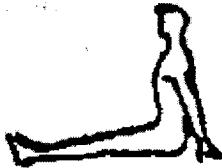
**IV. Задание на установление правильной последовательности слов.****24. Установите правильную последовательность слов в определении понятия общей выносливости.**

- |                      |                  |
|----------------------|------------------|
| а) работе            | г) способность   |
| б) к продолжительной | д) и эффективной |
| в) интенсивности     | е) умеренной     |

**V. Задание – описание гимнастического упражнения.****25. Дайте правильную формулировку гимнастическим упражнениям.**

А		1. Упор лёжа
		2. Выпад правой, руки на пояс
Б		3. Равновесие, руки в стороны
		4. Сед углом
В		5. Наклон прогнувшись, руки в стороны
		6. Сед

Всероссийская олимпиада школьников по физической культуре. 2020–2021 уч. г.  
Школьный этап. 9–11 классы

Г		7. Упор лёжа сзади 8. Сед на пятках
Д		9. Упор стоя согнувшись 10. Наклон вперёд, опираясь руками в пол
Е		11. Сед углом, руки в стороны 12. Упор боком
Ж		13. Выпад вправо, руки на пояс 14. Упор лёжа правым боком, левая рука на пояс
З		15. Сед в упоре 16. Сед на пятках, руки на пояс

# Массовая Викторина

Всероссийская олимпиада школьников по физической культуре. 2020–2021 уч. г.  
Школьный этап. 9–11 классы

## Бланк ответа

### I. Задания с выбором одного правильного ответа.

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

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

16 б

### II. Задания в открытой форме.

№ вопроса	Ответ
16	Прыжок в длину
17	Чеканка
18	Легкая атлетика
19	Насенливые губчатки
20	Борьба с животными

100

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

21.	1	2	3	4	5
	Б	Г	Б	Г	А
22.	1	2	3	4	5
	В	А	Г	Г	Б
23.	1	2	3	4	5
	Г	А	Б	Б	Г

100

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

24.	1	2	3	4	5	6
	Г	Б	Д	А	Е	В

30

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

**25. Гимнастические упражнения.**

А	11 Ред. прис., руки в стороны
Б	15 под. на кистях, руки на плече
В	2 вис на правой руке на ноге
Г	6 под. на кистях, руки в стороны
Д	6 под
Е	9 под. на л.2 гимнастике
Ж	7 прис. лежа сидя
З	14 под. лежа прис. бедра, левая рука на плече

Оценка (слагаемые и сумма) 510

Подписи членов жюри Сергей

205

Калмыцкое Агенство по  
СД

**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 с выбором одного правильного ответа.** 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 – тот, который наиболее полно соответствует смыслу утверждения. Выбранный вариант отмечается зачёркиванием соответствующего квадрата в бланке работы: «**а**», «**б**», «**в**» или «**г**».

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Страйтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте задания, которые не удается 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 которых необходимо вписать ответ.** При выполнении этих заданий необходимо самостоятельно подобрать недостающие слова, чтобы получилось верное утверждение. Подобранные слова вписывайте в соответствующую графу бланка работы.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2 балла.

**III. Задания на установление соответствия между понятиями.** Каждое верное утверждение 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.** Каждое верно описанное гимнастическое упражнение оценивается в 1 балл.

Контролируйте время выполнения задания.

Полноценное выполнение третьей, четвёртой и пятой групп заданий может потребовать больше 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 с выбором одного правильного ответа. Задания в закрытой форме**

**1. Каким событием для олимпийского движения ознаменован 1952 год?**

- а) состоялись первые Олимпийские игры современности;
- б) состоялся дебют команды СССР;
- в) впервые в соревнованиях приняли участие женщины;
- г) было показано максимальное количество рекордных результатов.

**2. Кто представляет страну на Олимпийских играх в соответствии с Олимпийской хартией?**

- а) национальный олимпийский комитет;
- б) президент страны;
- в) национальные спортивные федерации;
- г) Министерство спорта.

**3. Какая страна будет местом проведения Олимпийских игр 2022 года?**

- а) Япония;
- б) Южная Корея;
- в) Китай;
- г) Индия.

**4. Как называлась дистанция на Олимпийских играх в Древней Греции, по преданиям, соответствующая 600 стопам Геракла?**

- а) спринт;
- б) эстафета;
- в) стадий;
- г) марафон.

**5. Какой из видов спорта относится к категории спортивных игр?**

- а) теннис;
- б) фехтование;
- в) скалолазание;
- г) дзюдо.

**6. Как называют резкое кратковременное увеличение темпа движения по ходу дистанции как тактический приём в беге на 2000 м?**

- а) спрут;
- б) старт;
- в) форсаж;
- г) гипертрофия.

**7. К какой категории относятся гигиенические факторы, естественные силы природы и физические упражнения?**

- а) формы физической культуры;
- б) функции физической культуры;
- в) методы физической культуры;
- г) средства физической культуры.

**8. Какие из перечисленных методов можно отнести к методам словесного воздействия?**

- а) счёт во время выполнения упражнения;
- б) хлопки для задания ритма упражнения;
- в) сигнал свистком для начала игры;
- г) выстрел на старте дистанции.

**9. Какое из представленных определений сформулировано верно?**

- а) физическое совершенство – это естественный процесс изменения морфофункциональных свойств организма на протяжении индивидуальной жизни;
- б) физическое совершенство – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия;
- в) физическое совершенство – образ жизни отдельного человека с целью профилактики болезней и укрепления здоровья;
- г) физическое совершенство – это оптимальная мера всесторонней физической подготовленности и гармоничного физического развития, соответствующая требованиям общества.

**10. Какой из методов физического воспитания предусматривает непрерывное выполнение физического упражнения?**

- а) повторный;
- б) интервальный;
- в) равномерный;
- г) наглядный.

**11. Какой вид спорта включён в программу зимних Олимпийских игр?**

- а) хоккей на траве;
- б) скелетон;
- в) современное пятиборье;
- г) триатлон.

**12. Как называется нарушение осанки, характеризующееся изгибом позвоночника в сторону?**

- а) кифотическая осанка;
- б) сколиотическая осанка;
- в) осанка изогнутого вида;
- г) осанка наклонного вида.

**13. Какое упражнение используется для оценки уровня выносливости на V ступени ВФСК ГТО?**

- а) плавание 50 м;
- б) подтягивание на высокой или низкой перекладине;
- в) бег на дистанцию 100 м;
- г) бег на дистанцию 2000 м или 3000 м.

**14. Как называется положение занимающегося на снаряде, когда его плечи находятся выше точки опоры?**

- а) упор;
- б) вис;
- в) стойка;
- г) сед.

**15. Как называется процесс воспитания физических качеств и способностей к определённой деятельности?**

- а) физическая готовность;
- б) физическая подготовка;
- в) физическое совершенство;
- г) физическое развитие.

**II. Задания, в которых необходимо вписать ответ. Задания в открытой форме**  
*Завершите определение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.*

**16. Напишите имя и фамилию президента Международного олимпийского комитета.**

**17. Как терминологически верно называется прыжок с брусьев в гимнастике?**

**18. Как называется комплексная система оздоровительных мероприятий и воздействий на организм с использованием естественных сил природы?**

**19. Как называется способность выполнять физические упражнения с максимальной амплитудой за счёт внешних сил?**

**20. Вид спорта, в котором кубок Конфедераций проходил в нашей стране за один год до Чемпионата мира-2018.**

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

**21. Установите соответствие между показателями функционирования организма и единицами их измерения.**

1. ЖЕЛ	А. мм рт. ст.
2. ЧСС	Б. секунды
3. проба Штанге	В. миллиметр
4. проба Генчи	Г. удары в минуту
5. АД	

**22. Установите соответствие между техническими приемами и видами спорта.**

1. рывок	А. дзюдо
2. бросок	Б. волейбол
3. хук	В. тяжёлая атлетика
4. пенальти	Г. бокс
5. подача	Д. футбол

**23. Установите соответствие между физическими качествами и видами спорта, в которых они преимущественно проявляются.**

1. быстрота	А. художественная гимнастика
2. гибкость	Б. лыжные гонки
3. сила	В. тяжёлая атлетика
4. выносливость	Г. прыжки в воду
5. ловкость	Д. лёгкая атлетика, бег на короткие дистанции

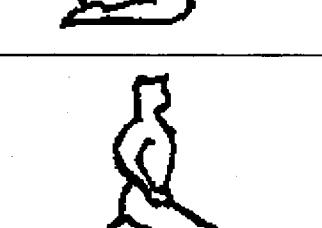
#### IV. Задание на установление правильной последовательности слов.

**24. Установите правильную последовательность слов в определении понятия общей выносливости.**

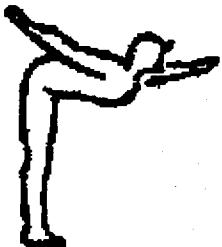
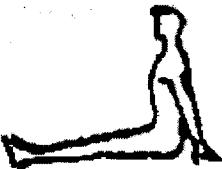
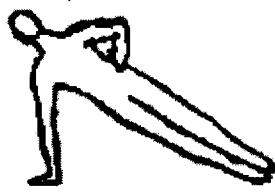


## **V. Задание – описание гимнастического упражнения.**

**25. Дайте правильную формулировку гимнастическим упражнениям.**

А		1. Упор лёжа 2. Выпад правой, руки на пояс
Б		3. Равновесие, руки в стороны 4. Сед углом
В		5. Наклон прогнувшись, руки в стороны 6. Сед

Всероссийская олимпиада школьников по физической культуре. 2020–2021 уч. г.  
Школьный этап. 9–11 классы

Г		7. Упор лёжа сзади  8. Сед на пятках
Д		9. Упор стоя согнувшись  10. Наклон вперёд, опираясь руками в пол
Е		11. Сед углом, руки в стороны  12. Упор боком
Ж		13. Выпад вправо, руки на пояс  14. Упор лёжа правым боком, левая рука на пояс
З		15. Сед в упоре  16. Сед на пятках, руки на пояс

**Бланк ответа**

**I. Задания с выбором одного правильного ответа.**

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

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

165

**II. Задания в открытой форме.**

№ вопроса	Ответ
16	Точеч бак
17	Бекск
18	Закашивание
19	Пассивная лежесть
20	Руббен

165

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

21.	1	2	3	4	5
	в	т	б	и	а

22.	1	2	3	4	5
	в	и	т	д	и

23.	д	и	в	и	т
	д	и	в	и	т

165

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

24.	1	2	3	4	5	6
	т	и	д	и	е	в

30

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

**25. Гимнастические упражнения.**

A	11 всплеск, руки в стороны
Б	16 Вс на мягких, руки на пояс
В	92 Всплеск правой рукой на пояс
Г	5 Упаком промежущий, руки в стороны
Д	6 Ск
Е	9 Упак с ногой согнувшись
Ж	7 Упор лягса
З	14 Упор лягса правым боком, левая рука на пояс

Оценка (слагаемые и сумма) 510

Подписи членов жюри Софья

205

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ  
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ 2020–2021 уч. г.  
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП  
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР  
7–8 классы

**Инструкция по выполнению заданий**

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к уровню знаний учащихся общеобразовательных школ по предмету «Физическая культура».

Задания объединены в 4 группы:

**I. Задания с выбором одного правильного ответа.** 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 работы: «а», «б», «в» или «г».

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Страйтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте задания, которые не удается 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 которых необходимо вписать ответ.** При выполнении этих заданий необходимо самостоятельно подобрать недостающие слова, чтобы получилось верное утверждение. Подобранные слова вписывайте в соответствующую графу бланка работы.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2 балла.

**III. Задания на установление соответствия между понятиями.** Каждое верное утверждение этой группы оценивается в 1 балл.

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

Контролируйте время выполнения задания.

Полноценное выполнение третьей группы заданий может потребовать больше времени.

Контролируйте время выполнения задания.

Время выполнения всех заданий – 45 минут.

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

**Желаем успеха!**

**I. Задания с выбором одного правильного ответа. Задания в закрытой форме**

- 1. В каком году состоялись первые Олимпийские игры современности?**  
а) в 1894 г.;  
 б) в 1896 г.;  
в) в 1900 г.;  
г) в 1912 г.
- 2. Кто был первым президентом Международного олимпийского комитета?**  
 а) Деметриус Викелас;  
б) Пьер де Кубертен;  
в) Алексей Бутовский;  
г) Николай Панин-Коломенкин.
- 3. В каком из городов Олимпийские игры проводились только один раз?**  
а) Париж;  
б) Лондон;  
 в) Афины;  
г) Москва.
- 4. Восьмикратный олимпийский чемпион, установивший восемь мировых рекордов, «самый быстрый человек на земле».**  
а) Валерий Борзов;  
 б) Усэйн Болт;  
в) Карл Льюис;  
г) Джесси Оуэнс.
- 5. Самый эффективный способ выполнения физических упражнений –**  
 а) техника;  
б) умение;  
в) навык;  
г) результат.
- 6. В каком виде спорта соревновательными упражнениями являются рывок и толчок?**  
а) лёгкая атлетика;  
б) лыжное двоеборье;  
в) бобслей;  
 г) тяжёлая атлетика.
- 7. Что из перечисленного является физическими качествами человека?**  
а) сила, воля, интеллект, находчивость, память;  
 б) гибкость, ловкость, выносливость, сила, быстрота;  
в) зрение, слух, вкус, осязание, обоняние;  
г) смелость, решительность, инициативность, трудолюбие.

8. Соревнования обязательно должны присутствовать...
- а) в физической культуре;
  - б) при обучении двигательным действиям;
  - в) в спорте;
  - г) при воспитании физических качеств.
9. Принятие какого из перечисленных положений направлено на воспитание способности сохранять равновесие?
- а) упор лёжа;
  - б) основная стойка;
  - в) стойка на одной ноге;
  - г) упор присев.
10. Что является итогом успешного выполнения испытаний комплекса ГТО на каждой ступени?
- а) золотой знак;
  - б) звание мастера спорта РФ;
  - в) золотая медаль;
  - г) оценка «отлично» по предмету «Физическая культура» в учебном году.
11. Когда проводятся паралимпийские игры?
- а) одновременно с олимпийскими играми;
  - б) через 12 дней после Олимпийских игр;
  - в) через один год после Олимпийских игр;
  - г) за один год до Олимпийских игр.
12. Что является основным средством физической культуры?
- а) физические упражнения;
  - б) спортивное оборудование;
  - в) спортивный инвентарь;
  - г) закаливание.
13. Какова основная задача утренней гигиенической гимнастики?
- а) обучение технике общеразвивающих упражнений;
  - б) воспитание целеустремлённости и трудолюбия;
  - в) оперативное повышение работоспособности для ускорения процесса перехода от состояния сна к бодрствованию;
  - г) воспитание гибкости и силовых способностей.
14. Каковы рекомендации при проведении занятия бегом?
- а) бег на стадионе можно проводить только по часовой стрелке;
  - б) бег на стадионе можно проводить только против часовой стрелки;
  - в) бег по прямой должен выполняться только с ускорением;
  - г) бег может выполняться только в группе.

15. Какие из перечисленных процедур являются закаливающими?
- а) воздушные ванны;
  - б) обтирание;
  - в) солнечные ванны;
  - г) все перечисленные.

**II. Задания, в которых необходимо вписать ответ. Задания в открытой форме**

Ответьте на вопрос, вписав соответствующий ответ в бланк.

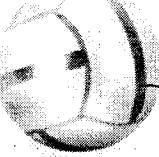
16. Назовите имя греческого бога, в честь которого проводились античные Олимпийские игры.
17. Какая дистанция преодолевается спортсменами в соревнованиях по марафонскому бегу? Ответ запишите в метрах. 42,195 м.

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

18. Установите соответствие между спортсменом и видом спорта.

1. Алия Мустафина	А) хоккей
2. Юлия Ефимова	Б) фигурное катание
3. Игорь Акинфеев	В) плавание
4. Александр Овечкин	Г) спортивная гимнастика
5. Алина Загитова	Д) футбол

19. Установите соответствие между изображением инвентаря и физическим качеством, для воспитания которого его используют.

1.		А) ловкость
2.		Б) выносливость
3.		В) сила

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

**20. Расположите представленные мячи в порядке увеличения их размеров.**

- |   |    |  |                     |
|---|----|--|---------------------|
| 1 | a) |   | – мяч для гольфа    |
| 2 | б) |   | – фитбол            |
| 3 | в) |   | – баскетбольный мяч |
| 4 | г) |   | – футбольный мяч    |
| 5 | д) |   | – теннисный мяч     |
| 6 | е) |  | – гандбольный мяч   |

Бланк ответа

I. Задания с выбором одного правильного ответа.

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

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

125

II. Задания в открытой форме.

№ вопроса	Ответ
16 —	
17 +	42.195 м

25

III. Задания на установление соответствия между понятиями.

18	1	2	3	4	5
	г —	б +	з —	а +	о +

19	1	2	3
	а +	б +	о +

65

IV. Задания на установление правильной последовательности.

20	1	2	3	4	5	6
	а	г	е	о	з	б

о

Оценка (слагаемые и сумма) 205

Подписи членов жюри А. Е. Г. Й.

13,3

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ  
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ 2020–2021 уч. г.  
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП  
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР  
7–8 классы

**Инструкция по выполнению заданий**

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к уровню знаний учащихся общеобразовательных школ по предмету «Физическая культура».

Задания объединены в 4 группы:

**I. Задания с выбором одного правильного ответа.** 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 работы: «а», «б», «в» или «г».

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Страйтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте задания, которые не удается 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 которых необходимо вписать ответ.** При выполнении этих заданий необходимо самостоятельно подобрать недостающие слова, чтобы получилось верное утверждение. Подобранные слова вписывайте в соответствующую графу бланка работы.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2 балла.

**III. Задания на установление соответствия между понятиями.** Каждое верное утверждение этой группы оценивается в 1 балл.

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

Правильно установленная последовательность оценивается в 3 балла.

Контролируйте время выполнения задания.

Полноценное выполнение третьей группы заданий может потребовать больше времени.

Контролируйте время выполнения задания.

Время выполнения всех заданий – 45 минут.

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

**Желааем успеха!**

**I. Задания с выбором одного правильного ответа. Задания в закрытой форме**

- 1. В каком году состоялись первые Олимпийские игры современности?**  
а) в 1894 г.;  
 б) в 1896 г.;  
в) в 1900 г.;  
г) в 1912 г.
- 2. Кто был первым президентом Международного олимпийского комитета?**  
а) Деметриус Викелас;  
 б) Пьер де Кубертен;  
в) Алексей Бутовский;  
г) Николай Панин-Коломенкин.
- 3. В каком из городов Олимпийские игры проводились только один раз?**  
а) Париж;  
б) Лондон;  
 в) Афины;  
г) Москва.
- 4. Восьмикратный олимпийский чемпион, установивший восемь мировых рекордов, «самый быстрый человек на земле».**  
а) Валерий Борзов;  
б) Усэйн Болт;  
в) Карл Льюис;  
 г) Джесси Оуэнс.
- 5. Самый эффективный способ выполнения физических упражнений –**  
а) техника;  
 б) умение;  
в) навык;  
г) результат.
- 6. В каком виде спорта соревновательными упражнениями являются рывок и толчок?**  
 а) лёгкая атлетика;  
б) лыжное двоеборье;  
в) бобслей;  
г) тяжёлая атлетика.
- 7. Что из перечисленного является физическими качествами человека?**  
а) сила, воля, интеллект, находчивость, память;  
 б) гибкость, ловкость, выносливость, сила, быстрота;  
в) зрение, слух, вкус, осязание, обоняние;  
г) смелость, решительность, инициативность, трудолюбие.

- 8. Соревнования обязательно должны присутствовать...**
- а) в физической культуре;
  - б) при обучении двигательным действиям;
  - в) в спорте;
  - г) при воспитании физических качеств.
- 9. Принятие какого из перечисленных положений направлено на воспитание способности сохранять равновесие?**
- а) упор лёжа;
  - б) основная стойка;
  - в) стойка на одной ноге;
  - г) упор присев.
- 10. Что является итогом успешного выполнения испытаний комплекса ГТО на каждой ступени?**
- а) золотой знак;
  - б) звание мастера спорта РФ;
  - в) золотая медаль;
  - г) оценка «отлично» по предмету «Физическая культура» в учебном году.
- 11. Когда проводятся паралимпийские игры?**
- а) одновременно с олимпийскими играми;
  - б) через 12 дней после Олимпийских игр;
  - в) через один год после Олимпийских игр;
  - г) за один год до Олимпийских игр.
- 12. Что является основным средством физической культуры?**
- а) физические упражнения;
  - б) спортивное оборудование;
  - в) спортивный инвентарь;
  - г) закаливание.
- 13. Какова основная задача утренней гигиенической гимнастики?**
- а) обучение технике общеразвивающих упражнений;
  - б) воспитание целеустремлённости и трудолюбия;
  - в) оперативное повышение работоспособности для ускорения процесса перехода от состояния сна к бодрствованию;
  - г) воспитание гибкости и силовых способностей.
- 14. Каковы рекомендации при проведении занятия бегом?**
- а) бег на стадионе можно проводить только по часовой стрелке;
  - б) бег на стадионе можно проводить только против часовой стрелки;
  - в) бег по прямой должен выполняться только с ускорением;
  - г) бег может выполняться только в группе.

15. Какие из перечисленных процедур являются закаливающими?
- а) воздушные ванны;
  - б) обтирание;
  - в) солнечные ванны;
  - г) все перечисленные.

**II. Задания, в которых необходимо вписать ответ. Задания в открытой форме**

Ответьте на вопрос, вписав соответствующий ответ в бланк.

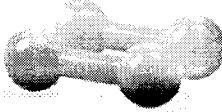
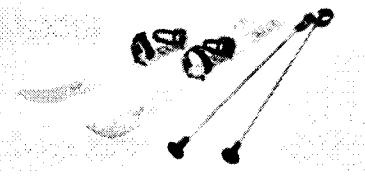
16. Назовите имя греческого бога, в честь которого проводились античные Олимпийские игры.
17. Какая дистанция преодолевается спортсменами в соревнованиях по марафонскому бегу? Ответ запишите в метрах. 26000 м.

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

18. Установите соответствие между спортсменом и видом спорта.

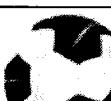
1. Алия Мустафина	—	А) хоккей
2. Юлия Ефимова	—	Б) фигурное катание
3. Игорь Акинфеев	—	В) плавание
4. Александр Овечкин	—	Г) спортивная гимнастика
5. Алина Загитова	—	Д) футбол

19. Установите соответствие между изображением инвентаря и физическим качеством, для воспитания которого его используют.

1.		—	А) ловкость
2.		—	Б) выносливость
3.		—	В) сила

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

**20. Расположите представленные мячи в порядке увеличения их размеров.**

- |      |   |                     |
|------|---|---------------------|
| 1 а) |    | — мяч для гольфа    |
| 2 б) |    | — фитбол            |
| 5 в) |    | — баскетбольный мяч |
| 6 г) |    | — футбольный мяч    |
| 2 д) |    | — теннисный мяч     |
| 3 е) |  | — гандбольный мяч   |

**Бланк ответа**

**I. Задания с выбором одного правильного ответа.**

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

№ вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»
11	—	α		
12	+	α		
13	—	α		
14	—	δ		
15	+			2

75

**II. Задания в открытой форме.**

№ вопроса	Ответ
16	
17	2000 м

0

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

18	1	2	3	4	5
	2 +	δ +	g +	α +	δ +

19	1	2	3
	α +	δ +	δ +

85

**IV. Задания на установление правильной последовательности.**

20	1	2	3	4	5	6
	α	g	δ	δ	δ	2

0

Оценка (слагаемые и сумма) 155

Подписи членов жюри Мария

10,0

7  
Хареевский

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ  
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ 2020–2021 уч. г.

ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР

7–8 классы

**Инструкция по выполнению заданий**

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к уровню знаний учащихся общеобразовательных школ по предмету «Физическая культура».

Задания объединены в 4 группы:

**I. Задания с выбором одного правильного ответа.** 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 работы: «а», «б», «в» или «г».

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Страйтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте задания, которые не удается 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 которых необходимо вписать ответ.** При выполнении этих заданий необходимо самостоятельно подобрать недостающие слова, чтобы получилось верное утверждение. Подобранные слова вписывайте в соответствующую графу бланка работы.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2 балла.

**III. Задания на установление соответствия между понятиями.** Каждое верное утверждение этой группы оценивается в 1 балл.

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

Правильно установленная последовательность оценивается в 3 балла.

Контролируйте время выполнения задания.

Полноценное выполнение третьей группы заданий может потребовать больше времени.

Контролируйте время выполнения задания.

Время выполнения всех заданий – 45 минут.

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

**Желааем успеха!**

**I. Задания с выбором одного правильного ответа. Задания в закрытой форме**

1. В каком году состоялись первые Олимпийские игры современности?  
а) в 1894 г.;  
 б) в 1896 г.;  
в) в 1900 г.;  
г) в 1912 г.
2. Кто был первым президентом Международного олимпийского комитета?  
 а) Деметриус Викелас;  
б) Пьер де Кубертен;  
 в) Алексей Бутовский;  
г) Николай Панин-Коломенкин.
3. В каком из городов Олимпийские игры проводились только один раз?  
а) Париж;  
б) Лондон;  
 в) Афины;  
г) Москва.
4. Восьмикратный олимпийский чемпион, установивший восемь мировых рекордов, «самый быстрый человек на земле».  
а) Валерий Борзов;  
 б) Усэйн Болт;  
в) Карл Льюис;  
г) Джесси Оуэнс.
5. Самый эффективный способ выполнения физических упражнений –  
а) техника;  
 б) умение;  
в) навык;  
г) результат.
6. В каком виде спорта соревновательными упражнениями являются рывок и толчок?  
а) лёгкая атлетика;  
б) лыжное двоеборье;  
в) бобслей;  
 г) тяжёлая атлетика.
7. Что из перечисленного является физическими качествами человека?  
а) сила, воля, интеллект, находчивость, память;  
 б) гибкость, ловкость, выносливость, сила, быстрота;  
в) зрение, слух, вкус, осязание, обоняние;  
г) смелость, решительность, инициативность, трудолюбие.

**8. Соревнования обязательно должны присутствовать...**

- а) в физической культуре;
- б) при обучении двигательным действиям;
- в) в спорте;
- г) при воспитании физических качеств.

**9. Принятие какого из перечисленных положений направлено на воспитание способности сохранять равновесие?**

- а) упор лёжа;
- б) основная стойка;
- в) стойка на одной ноге;
- г) упор присев.

**10. Что является итогом успешного выполнения испытаний комплекса ГТО на каждой ступени?**

- а) золотой знак;
- б) звание мастера спорта РФ;
- в) золотая медаль;
- г) оценка «отлично» по предмету «Физическая культура» в учебном году.

**11. Когда проводятся паралимпийские игры?**

- а) одновременно с олимпийскими играми;
- б) через 12 дней после Олимпийских игр;
- в) через один год после Олимпийских игр;
- г) за один год до Олимпийских игр.

**12. Что является основным средством физической культуры?**

- а) физические упражнения;
- б) спортивное оборудование;
- в) спортивный инвентарь;
- г) закаливание.

**13. Какова основная задача утренней гигиенической гимнастики?**

- а) обучение технике общеразвивающих упражнений;
- б) воспитание целеустремлённости и трудолюбия;
- в) оперативное повышение работоспособности для ускорения процесса перехода от состояния сна к бодрствованию;
- г) воспитание гибкости и силовых способностей.

**14. Каковы рекомендации при проведении занятия бегом?**

- а) бег на стадионе можно проводить только по часовой стрелке;
- б) бег на стадионе можно проводить только против часовой стрелки;
- в) бег по прямой должен выполняться только с ускорением;
- г) бег может выполняться только в группе.

15. Какие из перечисленных процедур являются закаливающими?
- а) воздушные ванны;
  - б) обтирание;
  - в) солнечные ванны;
  - г) все перечисленные.

**II. Задания, в которых необходимо вписать ответ. Задания в открытой форме**

Ответьте на вопрос, вписав соответствующий ответ в бланк.

16. Назовите имя греческого бога, в честь которого проводились античные Олимпийские игры. **Зевс**

17. Какая дистанция преодолевается спортсменами в соревнованиях по марафонскому бегу? Ответ запишите в метрах. **42 км 195 м**

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

18. Установите соответствие между спортсменом и видом спорта.

1. Алия Мустафина	A) хоккей
2. Юлия Ефимова	Б) фигурное катание
3. Игорь Акинфеев	В) плавание
4. Александр Овечкин	Г) спортивная гимнастика
5. Алина Загитова	Д) футбол

19. Установите соответствие между изображением инвентаря и физическим качеством, для воспитания которого его используют.

1.		<b>А) ловкость</b>
2.		<b>Б) выносливость</b>
3.		<b>В) сила</b>

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

**20. Расположите представленные мячи в порядке увеличения их размеров.**

- |    |  |                     |
|----|--|---------------------|
| a) |   | – мяч для гольфа    |
| б) |   | – фитбол            |
| в) |   | – баскетбольный мяч |
| г) |   | – футбольный мяч    |
| д) |   | – теннисный мяч     |
| е) |  | – гандбольный мяч   |

1  
4  
6  
5  
2  
3

**Бланк ответа**

**I. Задания с выбором одного правильного ответа.**

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

№ вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»
11 —				2
12 +	а			
13 —		б		
14 +		б		
15 —		б		

**II. Задания в открытой форме.**

№ вопроса	Ответ
16	2
17	2

0

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

18	1	2	3	4	5
			а +		

0

19	1	2	3
	а +	б +	в +

4

**IV. Задания на установление правильной последовательности.**

20	1	2	3	4	5	6
	а	б	в	г	2	е
	0,5	0,5	0,5	0	1,5	—

0 1,5

Оценка (слагаемые и сумма) 18,5

Подписи членов жюри А.А. Смирнов

81. 12,3 80%

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ  
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ 2020–2021 уч. г.  
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП  
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР  
5–6 классы

**Инструкция по выполнению заданий**

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к уровню знаний учащихся общеобразовательных школ по предмету «Физическая культура».

Задания объединены в 2 группы:

**I. Задания с выбором одного правильного ответа.** 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 работы: «а», «б», «в» или «г».

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Страйтесь 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 которых необходимо вписать ответ.** При выполнении этих заданий необходимо самостоятельно подобрать правильный ответ. Ответы вписывайте в соответствующую графу бланка работы.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2 балла.

**III. Задания на установление правильной последовательности.** Полноценные выполненные задания этой группы оцениваются в 3 балла, неправильное – 0 баллов.

Контролируйте время выполнения задания.

Время выполнения всех заданий – 45 минут.

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

**Желааем успеха!**

**I. I. Задания с выбором одного правильного ответа. Задания в закрытой форме**

**1. Какие разделы программы включены в уроки физической культуры?**

- а) спортивные игры, гимнастика, лёгкая атлетика;
- б) настольный теннис, гольф, дзюдо;
- в) единоборства, бег, лазание;
- г) подтягивание, приседание, бег, прыжки.

**2. Состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических недостатков –**

- а) здоровье;
- б) совершенство;
- в) образ жизни;
- г) подготовленность.

**3. Как называется положение, из которого начинают выполнять физическое упражнение?**

- а) основная стойка;
- б) свободная стойка;
- в) исходное положение;
- г) стойка ноги врозь.

**4. В каком спортивном способе плавания чередуются одновременные плавательные движения руками и ногами?**

- а) брасс;
- б) кроль на спине;
- в) кроль на груди;
- г) во всех перечисленных.

**5. При воздействии на какое физическое качество важная роль отводится разминке?**

- а) на силу;
- б) на гибкость;
- в) на быстроту;
- г) на все физические качества.

**6. При выполнении каких видов деятельности создаются лучшие условия для развития ловкости?**

- а) подвижных игр;
- б) прыжков в высоту и в длину;
- в) бега с максимальной скоростью;
- г) кросса.

**7. Сколько очков получает команда при забивании мяча в кольцо со штрафного броска?**

- а) 1;
- б) 2;
- в) 3;
- г) 4.

**8. В какой игре правила запрещают ловить мяч?**

- а) гандбол;
- б) волейбол;
- в) баскетбол;
- г) пионербол.

**9. Результат в матче или партии, при котором победитель игры или состязания не выявлен.**

- а) шах;
- б) вне игры;
- в) ничья;
- г) фол.

**10. К какому виду спорта относится кувырок вперёд?**

- а) подвижные игры;
- б) лёгкая атлетика;
- в) спортивная гимнастика;
- г) киберспорт.

**11. Какой из видов спорта включён в программу зимних Олимпийских игр?**

- а) хоккей;
- б) конькобежный спорт;
- в) лыжные гонки;
- г) все перечисленные.

**12. Какими частями тела нужно касаться, стоя у стены, при правильной осанке?**

- а) лопатками, плечами, ягодицами, пятками;
- б) затылком, лопатками, поясницей;
- в) затылком, лопатками, ягодицами, пятками;
- г) нужно вплотную прилегать к стене.

**13. Какие составляющие относятся к здоровому образу жизни?**

- а) рациональное питание;
- б) режим дня;
- в) закаливание;
- г) все перечисленные.

**14. Какие правила необходимо соблюдать для полноценного сна?**

- а) ужинать нужно непосредственно перед сном, чтобы не ощущалось чувство голода;
- б) перед сном необходимо проветрить комнату, чтобы температура была 17–18 °С;
- в) спать рекомендуется на мягком матраце и большой подушке, чтобы не было механического давления на опорно-двигательный аппарат;
- г) перед сном нельзя гулять, чтобы не было перевозбуждения организма.

**15. Что необходимо предпринять, чтобы глаза не уставали, а зрение не портилось?**

- а) нужно меньше читать книги;
- б) тратить на выполнение домашних заданий не более 30 минут;
- в) нужно выполнять специальные упражнения;
- г) нужно как можно больше спать, чтобы глаза успевали восстанавливаться.

**II. Задания, в которых необходимо вписать ответ. Задания в открытой форме**

*Ответьте на вопрос, вписав соответствующий ответ в бланк.*

**16. Как называют победителя Олимпийских игр в одном из видов программы?**

**17. С какой ноги начинается движение после команды «Шагом марш!»?**

**18. Как называется положение тела на перекладине, при котором плечи находятся ниже точки хвата?**

**19. Какова величина частоты сердечных сокращений за минуту у занимающегося физической культурой, если за 10 секунд было зарегистрировано 17 ударов?**

**III. Задания на установление правильной последовательности.**

**20. Установите правильную последовательность слов олимпийского девиза: «CITIUS! ALTIUS! FORTIUS!»**

- а) Сильнее!
- б) Выносливее!
- в) Выше!
- г) Быстрее!
- д) Дальше!
- е) Мощнее!
- ж) Смелее!

**Бланк ответа**

**I. Задания с выбором одного правильного ответа.**

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

№ вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»
11 —				б
12 —	а			
13 +		б	в	2
14 +		в	г	
15 +	а	б	в	

85

**II. Задания в открытой форме.**

№ вопроса	Ответ
16 —	
17 —	правой
18	
19 +	102

2/5

3

В  
Соф

138

105

Оценка (слагаемые и сумма)

Подписи членов жюри

## ТЕХНОЛОГИЯ

### оценки качества выполнения теоретико-методических заданий

### Всероссийская олимпиада школьников по физической культуре 2018–2019 уч. г. 5–6 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 правильной последовательности. Полноценно выполненные задания этой группы оцениваются 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 15 баллов (15 вопросов).

Задания в открытой форме – в сумме 8 баллов (4 вопросов).

Задания на установление правильной последовательности – в сумме 3 балла (1 вопрос).

Максимально возможная сумма – всего 26 баллов.

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

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 22 балла ( $N_i=22$ ) из 26 максимально возможных ( $M = 26$ ). Согласно настоящим критериям и методике оценивания максимально возможный зачётный балл по данному заданию составляет 20 баллов ( $K = 20$ ). Подставляем в формулу значения  $N_i$ ,  $K$  и  $M$  и получаем зачётный балл:

$$X_i = \frac{20 \cdot 22}{26} = 16,9 \text{ балла}$$

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ  
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ 2020–2021 уч. г.  
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП  
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР  
5–6 классы

**Инструкция по выполнению заданий**

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к уровню знаний учащихся общеобразовательных школ по предмету «Физическая культура».

Задания объединены в 2 группы:

**I. Задания с выбором одного правильного ответа.** 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 работы: «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 удается 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 которых необходимо вписать ответ.** При выполнении этих заданий необходимо самостоятельно подобрать правильный ответ. Ответы вписывайте в соответствующую графу бланка работы.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2 балла.

**III. Задания на установление правильной последовательности.** Полноценные выполненные задания этой группы оцениваются в 3 балла, неправильное – 0 баллов.

Контролируйте время выполнения задания.

Время выполнения всех заданий – 45 минут.

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

***Желаем успеха!***

**I. I. Задания с выбором одного правильного ответа. Задания в закрытой форме**

**1. Какие разделы программы включены в уроки физической культуры?**

- ✓ а) спортивные игры, гимнастика, лёгкая атлетика;
- б) настольный теннис, гольф, дзюдо;
- в) единоборства, бег, лазание;
- г) подтягивание, приседание, бег, прыжки.

**2. Состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических недостатков –**

- ✓ а) здоровье;
- б) совершенство;
- в) образ жизни;
- г) подготовленность.

**3. Как называется положение, из которого начинают выполнять физическое упражнение?**

- а) основная стойка;
- б) свободная стойка;
- ✓ в) исходное положение;
- г) стойка ноги врозь.

**4. В каком спортивном способе плавания чередуются одновременные плавательные движения руками и ногами?**

- а) брасс;
- б) кроль на спине;
- в) кроль на груди;
- г) во всех перечисленных.

**5. При воздействии на какое физическое качество важная роль отводится разминке?**

- а) на силу;
- б) на гибкость;
- в) на быстроту;
- ✓ г) на все физические качества.

**6. При выполнении каких видов деятельности создаются лучшие условия для развития ловкости?**

- ✓ а) подвижных игр;
- б) прыжков в высоту и в длину;
- в) бега с максимальной скоростью;
- г) кросса.

**7. Сколько очков получает команда при забивании мяча в кольцо со штрафного броска?**

- а) 1;
- б) 2;
- в) 3;
- г) 4.

**8. В какой игре правила запрещают ловить мяч?**

- а) гандбол;
- б) волейбол;
- в) баскетбол;
- г) пионербол.

**9. Результат в матче или партии, при котором победитель игры или состязания не выявлен.**

- а) шах;
- б) вне игры;
- в) ничья;
- г) фол.

**10. К какому виду спорта относится кувырок вперёд?**

- а) подвижные игры;
- б) лёгкая атлетика;
- в) спортивная гимнастика;
- г) киберспорт.

**11. Какой из видов спорта включён в программу зимних Олимпийских игр?**

- а) хоккей;
- б) конькобежный спорт;
- в) лыжные гонки;
- г) все перечисленные.

**12. Какими частями тела нужно касаться, стоя у стены, при правильной осанке?**

- а) лопатками, плечами, ягодицами, пятками;
- б) затылком, лопатками, поясницей;
- в) затылком, лопатками, ягодицами, пятками;
- г) нужно вплотную прилегать к стене.

**13. Какие составляющие относятся к здоровому образу жизни?**

- а) рациональное питание;
- б) режим дня;
- в) закаливание;
- г) все перечисленные.

**14. Какие правила необходимо соблюдать для полноценного сна?**

- а) ужинать нужно непосредственно перед сном, чтобы не ощущалось чувство голода;
- б) перед сном необходимо проветрить комнату, чтобы температура была 17–18 °C;
- в) спать рекомендуется на мягком матраце и большой подушке, чтобы не было механического давления на опорно-двигательный аппарат;
- г) перед сном нельзя гулять, чтобы не было перевозбуждения организма.

**15. Что необходимо предпринять, чтобы глаза не уставали, а зрение не портилось?**

- а) нужно меньше читать книги;
- б) тратить на выполнение домашних заданий не более 30 минут;
- в) нужно выполнять специальные упражнения;
- г) нужно как можно больше спать, чтобы глаза успевали восстанавливаться.

**II. Задания, в которых необходимо вписать ответ. Задания в открытой форме**

*Ответьте на вопрос, вписав соответствующий ответ в бланк.*

**16. Как называют победителя Олимпийских игр в одном из видов программы?**

**17. С какой ноги начинается движение после команды «Шагом марш!»?**  
*Левой*

**18. Как называется положение тела на перекладине, при котором плечи находятся ниже точки хвата?**

**19. Какова величина частоты сердечных сокращений за минуту у занимающегося физической культурой, если за 10 секунд было зарегистрировано 17 ударов?**  
*Около 110 ударов*

**III. Задания на установление правильной последовательности.**

**20. Установите правильную последовательность слов олимпийского девиза: «CITIUS! ALTIUS! FORTIUS!»**

- а) Сильнее!
- б) Выносливее!
- в) Выше!
- г) Быстрее!
- д) Дальше!
- е) Мощнее!
- ж) Смелее!

**Бланк ответа**

**I. Задания с выбором одного правильного ответа.**

№ 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 —			в	г
12 +			в	г
13 +	а	б	в	г
14 +		б	в	г
15 —	а	б	в	г

125

**II. Задания в открытой форме.**

№ вопроса	Ответ
16 —	—
17 +	Лебеди
18 —	
19 —	Около 140 ударов

**III. Задания на установление правильной последовательности**

20	1	2	3
	в	г	а

0

Оценка (слагаемые и сумма) 8 145

Подписи членов жюри София

10,8

**ТЕХНОЛОГИЯ**  
**оценки качества выполнения теоретико-методических заданий**  
**Всероссийская олимпиада школьников**  
**по физической культуре 2018–2019 уч. г.**  
**5–6 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 правильной последовательности. Полнотично выполненные задания этой группы оцениваются 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 15 баллов (15 вопросов).

Задания в открытой форме – в сумме 8 баллов (4 вопросов).

Задания на установление правильной последовательности – в сумме 3 балла (1 вопрос).

Максимально возможная сумма – всего 26 баллов.

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

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 22 балла ( $N_i = 22$ ) из 26 максимально возможных ( $M = 26$ ). Согласно настоящим критериям и методике оценивания максимально возможный зачётный балл по данному заданию составляет 20 баллов ( $K = 20$ ). Подставляем в формулу значения  $N_i$ ,  $K$  и  $M$  и получаем зачётный балл:

$$X_i = \frac{20 \cdot 22}{26} = 16,9 \text{ балла}$$

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ  
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ 2020–2021 уч. г.  
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП  
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР  
5–6 классы

**Инструкция по выполнению заданий**

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к уровню знаний учащихся общеобразовательных школ по предмету «Физическая культура».

Задания объединены в 2 группы:

**I. Задания с выбором одного правильного ответа.** 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 работы: «а», «б», «в» или «г».

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Страйтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте задания, которые не удается 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 которых необходимо вписать ответ.** При выполнении этих заданий необходимо самостоятельно подобрать правильный ответ. Ответы вписывайте в соответствующую графу бланка работы.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2 балла.

**III. Задания на установление правильной последовательности.** Полноценные выполненные задания этой группы оцениваются в 3 балла, неправильное – 0 баллов.

Контролируйте время выполнения задания.

Время выполнения всех заданий – 45 минут.

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

**Желаем успеха!**

**I. I. Задания с выбором одного правильного ответа. Задания в закрытой форме**

- 1. Какие разделы программы включены в уроки физической культуры?**  
а) спортивные игры, гимнастика, лёгкая атлетика;  
б) настольный теннис, гольф, дзюдо;  
в) единоборства, бег, лазание;  
 г) подтягивание, приседание, бег, прыжки.
- 2. Состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических недостатков –**  
а) здоровье;  
б) совершенство;  
 в) образ жизни;  
г) подготовленность.
- 3. Как называется положение, из которого начинают выполнять физическое упражнение?**  
а) основная стойка;  
б) свободная стойка;  
 в) исходное положение;  
г) стойка ноги врозь.
- 4. В каком спортивном способе плавания чередуются одновременные плавательные движения руками и ногами?**  
а) брасс;  
б) кроль на спине;  
 в) кроль на груди;  
г) во всех перечисленных.
- 5. При воздействии на какое физическое качество важная роль отводится разминке?**  
а) на силу;  
б) на гибкость;  
в) на быстроту;  
 г) на все физические качества.
- 6. При выполнении каких видов деятельности создаются лучшие условия для развития ловкости?**  
а) подвижных игр;  
б) прыжков в высоту и в длину;  
в) бега с максимальной скоростью;  
 г) кросса.

**7. Сколько очков получает команда при забивании мяча в кольцо со штрафного броска?**

- а) 1;
- б) 2;
- в) 3;
- г) 4.

**8. В какой игре правила запрещают ловить мяч?**

- а) гандбол;
- б) волейбол;
- в) баскетбол;
- г) пионербол.

**9. Результат в матче или партии, при котором победитель игры или состязания не выявлен.**

- а) шах;
- б) вне игры;
- в) ничья;
- г) фол.

**10. К какому виду спорта относится кувырок вперёд?**

- а) подвижные игры;
- б) лёгкая атлетика;
- в) спортивная гимнастика;
- г) киберспорт.

**11. Какой из видов спорта включён в программу зимних Олимпийских игр?**

- а) хоккей;
- б) конькобежный спорт;
- в) лыжные гонки;
- г) все перечисленные.

**12. Какими частями тела нужно касаться, стоя у стены, при правильной осанке?**

- а) лопатками, плечами, ягодицами, пятками;
- б) затылком, лопатками, поясницей;
- в) затылком, лопатками, ягодицами, пятками;
- г) нужно вплотную прилегать к стене.

**13. Какие составляющие относятся к здоровому образу жизни?**

- а) рациональное питание;
- б) режим дня;
- в) закаливание;
- г) все перечисленные.

**14. Какие правила необходимо соблюдать для полноценного сна?**

- а) ужинать нужно непосредственно перед сном, чтобы не ощущалось чувство голода;
- б) перед сном необходимо проветрить комнату, чтобы температура была 17–18 °С;
- в) спать рекомендуется на мягком матраце и большой подушке, чтобы не было механического давления на опорно-двигательный аппарат;
- г) перед сном нельзя гулять, чтобы не было перевозбуждения организма.

**15. Что необходимо предпринять, чтобы глаза не уставали, а зрение не портилось?**

- а) нужно меньше читать книги;
- б) тратить на выполнение домашних заданий не более 30 минут;
- в) нужно выполнять специальные упражнения;
- г) нужно как можно больше спать, чтобы глаза успевали восстанавливаться.

**II. Задания, в которых необходимо вписать ответ. Задания в открытой форме**

*Ответьте на вопрос, вписав соответствующий ответ в бланк.*

16. Как называют победителя Олимпийских игр в одном из видов программы? *Финалом*

17. С какой ноги начинается движение после команды «Шагом марш!»? *С правой*

18. Как называется положение тела на перекладине, при котором плечи находятся ниже точки хвата? *Нижним ногами*

19. Какова величина частоты сердечных сокращений за минуту у занимающегося физической культурой, если за 10 секунд было зарегистрировано 17 ударов?

**III. Задания на установление правильной последовательности.**

**20. Установите правильную последовательность слов олимпийского девиза: «CITIUS! ALTIUS! FORTIUS!»**

- а) Сильнее!
- б) Выносливее!
- в) Выше!
- г) Быстрее!
- д) Дальше!
- е) Мощнее!
- ж) Смелее!

**Бланк ответа**

**I. Задания с выбором одного правильного ответа.**

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

№ вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»
11 —				В
12 —	а	Б	в	Г
13 —			В	
14 —			В	
15 —	а	Б	в	Г

45

**II. Задания в открытой форме.**

№ вопроса	Ответ
16 —	волейбол
17 —	с правой
18 —	прес
19 —	

0

**III. Задания на установление правильной последовательности**

20	1	2	3
		Б	

0

Оценка (слагаемые и сумма) 45

Подписи членов жюри Жан

31

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ  
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ 2020–2021 уч. г.  
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП  
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР  
5–6 классы

**Инструкция по выполнению заданий**

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к уровню знаний учащихся общеобразовательных школ по предмету «Физическая культура».

Задания объединены в 2 группы:

**I. Задания с выбором одного правильного ответа.** 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 работы: «а», «б», «в» или «г».

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Страйтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте задания, которые не удается 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 которых необходимо вписать ответ.** При выполнении этих заданий необходимо самостоятельно подобрать правильный ответ. Ответы вписывайте в соответствующую графу бланка работы.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2 балла.

**III. Задания на установление правильной последовательности.** Полнотенце выполненные задания этой группы оцениваются в 3 балла, неправильное – 0 баллов.

Контролируйте время выполнения задания.

Время выполнения всех заданий – 45 минут.

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

**Желаем успеха!**

**I. I. Задания с выбором одного правильного ответа. Задания в закрытой форме**

**1. Какие разделы программы включены в уроки физической культуры?**

- а) спортивные игры, гимнастика, лёгкая атлетика;
- б) настольный теннис, гольф, дзюдо;
- в) единоборства, бег, лазание;
- г) подтягивание, приседание, бег, прыжки.

**2. Состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических недостатков –**

- а) здоровье;
- б) совершенство;
- в) образ жизни;
- г) подготовленность.

**3. Как называется положение, из которого начинают выполнять физическое упражнение?**

- а) основная стойка;
- б) свободная стойка;
- в) исходное положение;
- г) стойка ноги врозь.

**4. В каком спортивном способе плавания чередуются одновременные плавательные движения руками и ногами?**

- а) брасс;
- б) кроль на спине;
- в) кроль на груди;
- г) во всех перечисленных.

**5. При воздействии на какое физическое качество важная роль отводится разминке?**

- а) на силу;
- б) на гибкость;
- в) на быстроту;
- г) на все физические качества.

**6. При выполнении каких видов деятельности создаются лучшие условия для развития ловкости?**

- а) подвижных игр;
- б) прыжков в высоту и в длину;
- в) бега с максимальной скоростью;
- г) кросса.

**7. Сколько очков получает команда при забивании мяча в кольцо со штрафного броска?**

- а) 1;
- б) 2;
- в) 3;
- г) 4.

**8. В какой игре правила запрещают ловить мяч?**

- а) гандбол;
- б) волейбол;
- в) баскетбол;
- г) пионербол.

**9. Результат в матче или партии, при котором победитель игры или состязания не выявлен.**

- а) шах;
- б) вне игры;
- в) ничья;
- г) фол.

**10. К какому виду спорта относится кувырок вперёд?**

- а) подвижные игры;
- б) лёгкая атлетика;
- в) спортивная гимнастика;
- г) киберспорт.

**11. Какой из видов спорта включён в программу зимних Олимпийских игр?**

- а) хоккей;
- б) конькобежный спорт;
- в) лыжные гонки;
- г) все перечисленные.

**12. Какими частями тела нужно касаться, стоя у стены, при правильной осанке?**

- а) лопатками, плечами, ягодицами, пятками;
- б) затылком, лопатками, поясницей;
- в) затылком, лопатками, ягодицами, пятками;
- г) нужно вплотную прилегать к стене.

**13. Какие составляющие относятся к здоровому образу жизни?**

- а) рациональное питание;
- б) режим дня;
- в) закаливание;
- г) все перечисленные.

**14. Какие правила необходимо соблюдать для полноценного сна?**

- а) ужинать нужно непосредственно перед сном, чтобы не ощущалось чувство голода;
- б) перед сном необходимо проветрить комнату, чтобы температура была 17–18 °C;
- в) спать рекомендуется на мягком матраце и большой подушке, чтобы не было механического давления на опорно-двигательный аппарат;
- г) перед сном нельзя гулять, чтобы не было перевозбуждения организма.

**15. Что необходимо предпринять, чтобы глаза не уставали, а зрение не портилось?**

- а) нужно меньше читать книги;
- б) тратить на выполнение домашних заданий не более 30 минут;
- в) нужно выполнять специальные упражнения;
- г) нужно как можно больше спать, чтобы глаза успевали восстанавливаться.

**II. Задания, в которых необходимо вписать ответ. Задания в открытой форме**

*Ответьте на вопрос, вписав соответствующий ответ в бланк.*

16. Как называют победителя Олимпийских игр в одном из видов программы? *Чемпион*

17. С какой ноги начинается движение после команды «Шагом марш!»? *Справой*

18. Как называется положение тела на перекладине, при котором плечи находятся *ниже* точки хвата?

19. Какова величина частоты сердечных сокращений за минуту у занимающегося физической культурой, если за 10 секунд было зарегистрировано 17 ударов?

**III. Задания на установление правильной последовательности.**

20. Установите правильную последовательность слов олимпийского девиза: «**CITIUS! ALTIUS! FORTIUS!**»

- а) Сильнее!
- б) Выносливее!
- в) Выше!
- г) Быстрее!
- д) Дальше!
- е) Мощнее!
- ж) Смелее!

**Бланк ответа**

**I. Задания с выбором одного правильного ответа.**

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

№ вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»
11 —				b
12 —	а	b	в	г
13 +				г
14 +		б	в	г
15 —	a	б	в	г

55

**II. Задания в открытой форме.**

№ вопроса	Ответ
16 —	Чемпион
17 +	Люди
18 +	все
19 —	103

15

**III. Задания на установление правильной последовательности**

20	1	2	3
	2	0	а.

35

Оценка (слагаемые и сумма) 125

Подписи членов жюри Ста

9,25

## ТЕХНОЛОГИЯ

### оценки качества выполнения теоретико-методических заданий

Всероссийская олимпиада школьников  
по физической культуре 2018–2019 уч. г.

5–6 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 правильной последовательности. Полнозначно выполненные задания этой группы оцениваются 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 15 баллов (15 вопросов).

Задания в открытой форме – в сумме 8 баллов (4 вопросов).

Задания на установление правильной последовательности – в сумме 3 балла (1 вопрос).

Максимально возможная сумма – всего 26 баллов.

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

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 22 балла ( $N_i = 22$ ) из 26 максимально возможных ( $M = 26$ ). Согласно настоящим критериям и методике оценивания максимально возможный зачётный балл по данному заданию составляет 20 баллов ( $K = 20$ ). Подставляем в формулу значения  $N_i$ ,  $K$  и  $M$  и получаем зачётный балл:

$$X_i = \frac{20 \cdot 22}{26} = 16,9 \text{ балла}$$

Ходулов 9В

**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 с выбором одного правильного ответа.** 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 – тот, который наиболее полно соответствует смыслу утверждения. Выбранный вариант отмечается зачёркиванием соответствующего квадрата в бланке работы: «а», «б», «в» или «г».

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Страйтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте задания, которые не удается 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 которых необходимо вписать ответ.** При выполнении этих заданий необходимо самостоятельно подобрать недостающие слова, чтобы получилось верное утверждение. Подобранные слова вписывайте в соответствующую графу бланка работы.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2 балла.

**III. Задания на установление соответствия между понятиями.** Каждое верное утверждение 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.** Каждое верно описанное гимнастическое упражнение оценивается в 1 балл.

Контролируйте время выполнения задания.

Полноценное выполнение третьей, четвёртой и пятой групп заданий может потребовать больше 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 с выбором одного правильного ответа. Задания в закрытой форме**

- 1. Каким событием для олимпийского движения ознаменован 1952 год?**  
а) состоялись первые Олимпийские игры современности;  
б) состоялся дебют команды СССР;  
в) впервые в соревнованиях приняли участие женщины;  
г) было показано максимальное количество рекордных результатов.
  
- 2. Кто представляет страну на Олимпийских играх в соответствии с Олимпийской хартией?**  
Ⓐ национальный олимпийский комитет;  
б) президент страны;  
в) национальные спортивные федерации;  
г) Министерство спорта.
  
- 3. Какая страна будет местом проведения Олимпийских игр 2022 года?**  
а) Япония;  
б) Южная Корея;  
в) Китай;  
г) Индия.
  
- 4. Как называлась дистанция на Олимпийских играх в Древней Греции, по преданиям, соответствующая 600 стопам Геракла?**  
а) спринт;  
б) эстафета;  
в) стадий;  
г) марафон.
  
- 5. Какой из видов спорта относится к категории спортивных игр?**  
а) теннис;  
б) фехтование;  
в) скалолазание;  
г) дзюдо.
  
- 6. Как называют резкое кратковременное увеличение темпа движения по ходу дистанции как тактический приём в беге на 2000 м?**  
а) спурт;  
б) старт;  
в) форсаж;  
г) гипертрофия.
  
- 7. К какой категории относятся гигиенические факторы, естественные силы природы и физические упражнения?**  
а) формы физической культуры;  
б) функции физической культуры;  
в) методы физической культуры;  
г) средства физической культуры.

**8. Какие из перечисленных методов можно отнести к методам словесного воздействия?**

- а) счёт во время выполнения упражнения;
- б) хлопки для задания ритма упражнения;
- в) сигнал свистком для начала игры;
- г) выстрел на старте дистанции.

**9. Какое из представленных определений сформулировано верно?**

- а) физическое совершенство – это естественный процесс изменения морфофункциональных свойств организма на протяжении индивидуальной жизни;
- б) физическое совершенство – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия;
- в) физическое совершенство – образ жизни отдельного человека с целью профилактики болезней и укрепления здоровья;
- г) физическое совершенство – это оптимальная мера всесторонней физической подготовленности и гармоничного физического развития, соответствующая требованиям общества.

**10. Какой из методов физического воспитания предусматривает непрерывное выполнение физического упражнения?**

- а) повторный;
- б) интервальный;
- в) равномерный;
- г) наглядный.

**11. Какой вид спорта включён в программу зимних Олимпийских игр?**

- а) хоккей на траве;
- б) скелетон;
- в) современное пятиборье;
- г) триатлон.

**12. Как называется нарушение осанки, характеризующееся изгибом позвоночника в сторону?**

- а) кифотическая осанка;
- б) сколиотическая осанка;
- в) осанка изогнутого вида;
- г) осанка наклонного вида.

**13. Какое упражнение используется для оценки уровня выносливости на V ступени ВФСК ГТО?**

- а) плавание 50 м;
- б) подтягивание на высокой или низкой перекладине;
- в) бег на дистанцию 100 м;
- г) бег на дистанцию 2000 м или 3000 м.

- 14. Как называется положение занимающегося на снаряде, когда его плечи находятся выше точки опоры?**
- а) упор;  
б) вис;  
в) стойка;  
г) сед.
- 15. Как называется процесс воспитания физических качеств и способностей к определённой деятельности?**
- а) физическая готовность;  
б) физическая подготовка;  
в) физическое совершенство;  
г) физическое развитие.

**II. Задания, в которых необходимо вписать ответ. Задания в открытой форме**  
*Завершите определение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.*

- 16. Напишите имя и фамилию президента Международного олимпийского комитета.**
- 17. Как терминологически верно называется прыжок с брусьев в гимнастике?**
- 18. Как называется комплексная система оздоровительных мероприятий и воздействий на организм с использованием естественных сил природы?**
- 19. Как называется способность выполнять физические упражнения с максимальной амплитудой за счёт внешних сил?**
- 20. Вид спорта, в котором кубок Конфедераций проходил в нашей стране за один год до Чемпионата мира-2018.**

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

- 21. Установите соответствие между показателями функционирования организма и единицами их измерения.**

1. ЖЕЛ	A. мм рт. ст.
2. ЧСС	Б. секунды
3. проба Штанге	В. миллиметр
4. проба Генчи	Г. удары в минуту
5. АД	

**22. Установите соответствие между техническими приемами и видами спорта.**

1. рывок	А. дзюдо
2. бросок	Б. волейбол
3. хук	В. тяжёлая атлетика
4. пенальти	Г. бокс
5. подача	Д. футбол

**23. Установите соответствие между физическими качествами и видами спорта, в которых они преимущественно проявляются.**

1. быстрота	А. художественная гимнастика
2. гибкость	Б. лыжные гонки
3. сила	В. тяжёлая атлетика
4. выносливость	Г. прыжки в воду
5. ловкость	Д. лёгкая атлетика, бег на короткие дистанции

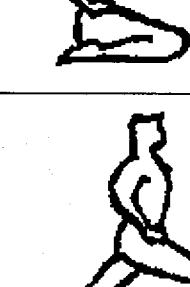
#### IV. Задание на установление правильной последовательности слов.

**24. Установите правильную последовательность слов в определении понятия общей выносливости.**

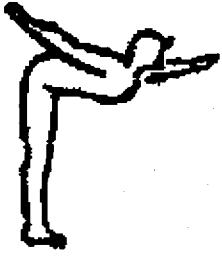
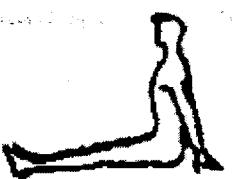
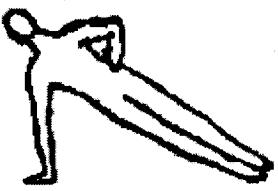


## **V. Задание – описание гимнастического упражнения.**

**25. Дайте правильную формулировку гимнастическим упражнениям.**

A		1. Упор лёжа 2. Выпад правой, руки на пояс
Б		3. Равновесие, руки в стороны 4. Сед углом
В		5. Наклон прогнувшись, руки в стороны 6. Сед

Всероссийская олимпиада школьников по физической культуре. 2020–2021 уч. г.  
Школьный этап. 9–11 классы

Г		7. Упор лёжа сзади  8. Сед на пятках
Д		9. Упор стоя согнувшись  10. Наклон вперёд, опираясь руками в пол
Е		11. Сед углом, руки в стороны  12. Упор боком
Ж		13. Выпад вправо, руки на пояс  14. Упор лёжа правым боком, левая рука на пояс
З		15. Сед в упоре  16. Сед на пятках, руки на пояс

**Бланк ответа**

**I. Задания с выбором одного правильного ответа.**

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

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

85

**II. Задания в открытой форме.**

№ вопроса	Ответ
16	Планета +
17	Солнце +
18	Земля +
19	
20	Луна +

85

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

21.	1	2	3	4	5
	Г —	В —	Д +	Д +	А +

22.	1	2	3	4	5
	В +	А +	Г +	Р +	Б +

85

23.	1	2	3	4	5
	А —	Г —	Р —	В —	Б —

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

24.	1	2	3	4	5	6
	Г	Ф	Б	А	Е	В

0

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

**25. Гимнастические упражнения.**

А	
Б	
В	
Г	
Д	
Е	
Ж	
З	

Оценка (слагаемые и сумма) 235

Подписи членов жюри София

9,05