

Титульный лист

Управление образования
Таймырского Долгано-Ненецкого муниципального района

Школьный этап
всероссийской олимпиады 2024/2025 учебного года

(Заполняет участник олимпиады)

Работа по учебном предмету: Физическая культура
участника команды ТМК ОУ «Диксонская средняя школа»,
класс: 9,
фамилия: Ваврицкий
имя: Александр
отчество Ремондович
дата рождения 16.10.2009

Заполняет организатор олимпиады

КОД: _____

**ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ 2024-2025 уч. г.
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП. 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 7 групп:

I. Задания с выбором одного правильного ответа №№ 1-9. При выполнении этих заданий необходимо выбрать единственно правильный вариант из предложенных. Среди вариантов могут встретиться частично правильные, не подходящие в качестве ответа. Ряд заданий этой группы оценивается, если отмечены все зачётные варианты. Это условие указано в задании («Отметьте все позиции»).

Выбранный вариант отмечается зачёркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в» или «г». Например:

«а»	«б»	«в»	«г»
X			

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 1 балл.

II. Задания, в которых необходимо вписать ответ №№ 10-13. При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать недостающие слова, чтобы получилось верное утверждение. Подобранные слова вписывайте в соответствующую графу бланка ответов.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2 балла.

III. Задания на установление соответствия между понятиями №14. При выполнении этих заданий необходимо из представленного перечня слов составить определение, вписав номера слов в бланк ответов.

Полностью правильно составленное определение оценивается в 3 балла.

IV. Задания на установление соответствия между понятиями, т.е. на соотношение понятий или определений №№15-16. Каждое верное утверждение этой группы оценивается в 1 балл.

V. Задание - описание гимнастического упражнения №17. Необходимо сделать графическую запись физических упражнений, в соответствии с их описанием. Каждое верно описанное упражнение оценивается в 3 балла.

VI. Задания на перечисление №18. Записи выполняются в бланке ответов. Каждая верная позиция оценивается в 0,5 баллов.

VII. Задание - задача №19. Все расчеты (с формулой), ответ записывайте в бланк ответов. Правильно выполненные все записи и расчеты оцениваются в 3 балла. Время выполнения всех заданий - 45 минут.

Записи должны быть разборчивыми.

Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ!

Желаем успеха!

I. Задания с выбором одного правильного ответа

Отметьте соответствующий ответ в бланке ответов.

1. В долине какой реки праздновались античные Олимпийские игры?

- а) Кладей
- б) Алфей
- в) Гея
- г) Эвротас

2. Кто из известных учёных древности был чемпионом Олимпийских Игр?
- а) Аристотель;
 - б) Платон;
 - в) Пифагор;
 - г) Архимед.
3. В каком виде спорта возможно установить абсолютный рекорд?
- а) волейбол;
 - б) велоспорт;
 - в) стрельба из лука;
 - г) вольная борьба.
4. В каком виде спорта одной из дисциплин является соревнование смешанных пар?
- а) керлинг;
 - б) прыжки в воду;
 - в) плавание;
 - г) бобслей.
5. Какие правила необходимо соблюдать при изучении двигательного действия?
- а) от неизвестного к известному
 - б) от неосвоенного к освоенному
 - в) от известного к неизвестному
 - г) от сложного к простому
6. Реакция сердечно сосудистой системы оценивается как плохая, если разность частоты сердечных сокращений (ЧСС) в положении лёжа и стоя составляет:?
- а) менее 12 ударов в минуту;
 - б) от 12 до 18 ударов в минуту;
 - в) от 19 до 25 ударов в минуту;
 - г) более 25 ударов в минуту.
7. При каком виде повреждения при оказании первой доврачебной помощи фиксируют два ближайших к месту повреждения сустава?
- а) вывих
 - б) перелом
 - в) рана
 - г) ушиб
8. В каких испытаниях комплекса ГТО время на подготовку к выполнению теста ограничено?
- а) поднятие туловища из положения лёжа на спине
 - б) сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу
 - в) прыжок в длину с разбега
 - г) стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку
- Отметьте все позиции.*
9. Как увеличить объем нагрузки в беге с преимущественным проявлением выносливости?
- а) увеличить частоту шагов
 - б) увеличить дистанцию
 - в) увеличить длину шагов
 - г) увеличить скорость бега

II. Задания, в которых необходимо вписать ответ

Завершите определение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.

10. Комплексный циклический вид спорта, представляющий собой непрерывное троеборье, состоящее из сегментов исходя из специфики каждой спортивной дисциплины. *Триатлон*
11. Органические соединения, являющиеся основным источником энергии в рационе питания человека. *глюкоза*
12. Выделение положительных, а также отрицательных качеств, которые необходимо преодолеть в процессе самовоспитания.
13. Преждевременный старт до сигнала судьи-стартёра. *Фальстарт*

III. Задание на установление последовательности слов

14. Составьте определение физического качества, используя приведённые ниже слова (каждое слово можно использовать один раз).

Ответ цифрами запишите в бланке ответов.

«Быстрота» - это... *способность выкачать двигательное действие и реализовать на сигналы за минимальный отрезок времени.*

- | | |
|-----------------|------------------|
| 1. на сигналы | 6. и реагировать |
| 2. способность | 7. отрезок |
| 3. минимальный | 8. действия |
| 4. двигательные | 9. выполнять |
| 5. за | 10. времени |

IV. Задания на установление соответствия между понятиями

Ответ буквами запишите в бланк ответов.

15. Установите соответствие между спортсменами и видами спорта

Спортсмены	Виды спорта
1. Александр Карелин <i>В</i>	А. академическая гребля
2. Станислав Поздняков <i>А</i>	Б. фигурное катание
3. Дмитрий Губерниев <i>Д</i>	В. греко-римская борьба
4. Сергей Бубка <i>Г</i>	Г. спортивная гимнастика
5. Алексей Немов <i>Р</i>	Д. фехтование
6. Аделина Сотникова <i>Б</i>	Е. легкая атлетика

16. Установите соответствие между терминами, используемыми в сфере физической культуры и их определениями.

Термины физической культуры	Определения терминов
1) техническая подготовка <i>А</i>	А) различные взаимодействия игроков, которые направлены на достижение победы
2) тактические действия <i>А</i>	Б) подготовка, в которой в равной степени воспитываются все физические качества
3) общая физическая подготовка <i>Б</i>	В) процесс обучения двигательным действиям
4) специальная физическая подготовка <i>В</i>	Г) воспитание качеств личности, которые необходимы для соревновательной деятельности

5) психологическая подготовка Г	Д) воспитание физических качеств, направленное на улучшение техники соревновательных действий и эффективное повышение спортивного результата в конкретном виде спорта
---------------------------------	---

V. Задание - описание гимнастического упражнения

17. Сделайте графическую запись физических упражнений, в соответствии с их описанием. Ответ буквами запишите в бланк ответов.

Упражнение А.

И.П. - сед

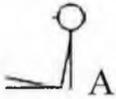
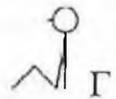
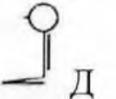
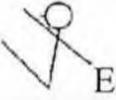
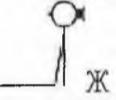
1. - сед углом

2. - И.П.

3. - сед согнув ноги

4. - И.П.

ЖБЖГЖ

 А	 Б	 В	 Г	 Д
 Е	 Ж	 З	 И	 К

Упражнение Б.

И.П. - упор лёжа

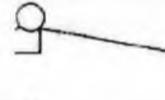
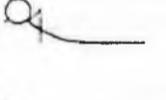
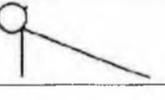
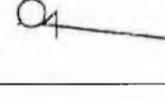
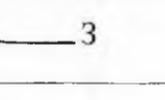
1. - упор лёжа на согнутых руках

2. - И.П.

3. - упор лёжа на бедрах

4. - И.П.

ДЕАГА

А 	Б 	В 	Г 
Д 	Е 	Ж 	З 

VI. Задания на перечисление

Ответ запишите в бланк ответов.

18. Перечислите прыжковые дисциплины, включенные в программу официальных соревнований по легкой атлетике. Прыжки в высоту, с места, в длину.

VII. Задание - задача

19. Максимальный вес у Пети в упражнении «приседание со штангой» составляет 123 кг. Рассчитайте вес штанги, с которой Петя должен выполнить тренировочное задание в данном упражнении с нагрузкой, составляющей 65% от максимального веса.

Формулу, все расчёты и ответ запишите в бланк ответов (результат округлите до целых единиц).

$$123 - 100\%$$

$$123 \cdot 65 = 79,95 \Rightarrow \underline{80}$$

БЛАНК ОТВЕТОВ
9-11 КЛАСС

I. Задания с выбором одного правильного ответа

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

Задания, в которых необходимо вписать ответ

10. Триотлон +
 11. Ушевский +
 12. Эмоции -
 13. Фальстаф +

5,55

65.

II. Задание на установление последовательности слов

14.

2	9	4	8	6	1	5	3	7	10

III. Задания на установление соответствия между понятиями

15.

1	2	3	4	5	6
В	А	А	Е	Г	Б

16.

1	2	3	4	5
А	А	Б	В	Г

V. Задание - описание гимнастического упражнения

17А.

И.П.	1.	2.	3.	4.
Ж	Б	Ж	Г	Ж

35

17Б.

И.П.	1.	2.	3.	4.
А	Е	А	Г	А

35

VI. Задания на перечисление

18. Протки в высоту, с мешком, в длину.
+ + + 1,55.

VII. Задание - задача

19. 123 - 100%

$$1\% = 1,23$$

$$1,23 \cdot 65 = 79,95$$

Ответ: 80 м.

+

35.

16,25

345