

Всероссийская олимпиада школьников
школьный этап 2017-2018 уч. год
9-11 класс

18
2018
20

Теоретико-методическое задание

Фамилия, Имя, Отчество Ким Сергей Андреевич
Город (поселок), школа, класс г. Ижевск, МБОУ СОШ с. Мокш.
Шифр _____

Шифр _____

линия отреза

БЛАНК ОТВЕТОВ

№ вопроса	а	б	в	г	№ вопроса	а	б	в	г
1	а	б	в	г	8	а	б	в	г
2	а	б	в	г	9	а	б	в	г
3	а	б	в	г	10	а	б	в	г
4	а	б	в	г	11	а	б	в	г
5	а	б	в	г	12	а	б	в	г
6	а	б	в	г	13	а	б	в	г
7	а	б	в	г					

14. _____

15. Почтавить Мах и Мам Коп

16. Раушишка

17. 30 м

18.

1	2	3
В	Б	А

4,5

~~2~~ 2

19.

1	Г	И	2	Б	К	О	С	Т	Б			
				Б								
3	В	Б	И	О	С	Л	И	В	О	С	Т	Б
				Т								
				Р								
4	О							С				
								И				
								Л				
								А				

8

20.

1.	<u>стойка широко</u>	2.	<u>Колн на ширине тел</u>
3.	<u>Наклонение вперед</u>	4.	<u>Присед (колени 90°)</u>
5.	<u>непоинное приседание</u>	6.	<u>Положение на руках</u>

Оценка 9,7

(слагаемые по группам заданий и сумма)

Подписи и ФИО членов жюри _____

Задания в закрытой форме

Завершите утверждения, отмечая соответствующие поля бланка ответов.

1. Пьер де Кубертен был удостоен на конкурсе искусства золотой медали за ...

- а. олимпийскую клятву спортсменов;
- б. олимпийскую клятву судей;
- в. проект олимпийской хартии;
- г. «Оду спорту».

2. Священное перемирие, заключаемое на время проведения античных Игр Олимпиад, именовалось как...

- а. анахарсис;
- б. эланодокия;
- в. экехирия;
- г. меланкомос.

3. Под техникой физических упражнений понимают ...

- а. способы выполнения двигательных действий, с помощью которых двигательная задача решается целесообразно с относительно большой эффективностью;
- б. способы выполнения двигательного действия, оставляющие эстетически благоприятное впечатление;
- в. определенную упорядоченность и согласованность как процессов, так и элементов содержания данного упражнения;
- г. видимую форму, которая характеризуется соотношением пространственных, временных и динамических параметров движения.

4. Когда во время лыжной гонки классическим стилем соперник догоняет Вас и просит пропустить вперед, Вы должны...

- а. не сходя с лыжни, предложить обойти Вас справа;
- б. сойти с лыжни одной лыжей и пропустить его;
- в. не сходя с лыжни, предложить обойти Вас слева;
- г. сойти с лыжни двумя лыжами и пропустить его.

5. Какой витамин, синтез которого стимулируется ультрафиолетовыми лучами, особенно необходим в период формирования костного скелета?

- а. «РР»;
- б. «Д»;
- в. «В₆»;
- г. «Е».

6. Как дозируются упражнения на развитие гибкости, т.е. сколько движений следует делать в одной серии:

- а. упражнения выполняют до тех пор, пока не начнет уменьшаться амплитуда движений;
- б. выполняют 12- 16 циклов движений;
- в. упражнения выполняют до появления пота;
- г. упражнения выполняют до появления болевых ощущений.

7. Фактором преимущественно обуславливающим проявление общей выносливости является уровень развития...

- а. скоростно-силовых способностей;
- б. личностно-психических качеств;
- в. функциональной экономичности;
- г. аэробных возможностей.

8. В группу координационных способностей НЕ включается способность ...

- а. сохранять равновесие;
- б. точно дозировать величину мышечных усилий;
- в. выполнять движения в максимальном темпе;
- г. точно воспроизводить движения в пространстве.

9. Для получения золотого, серебряного или бронзового знака ГТО 5 ступени необходимо выполнить ____ нормативов.

- а. 8, 7, 6;
- б. 9, 8, 7;
- в. 7, 6, 5;
- г. 11, 10, 9.

10. Каковы общие правила организации самостоятельных занятий физическими упражнениями?

- а. Необходимо подбирать спортивную одежду и обувь в соответствии с условиями проведения занятий и интересами к разным физическим упражнениям, проверить наличие необходимого спортивного инвентаря.

- б. Подготовить место для занятий и разработать план-конспект занятия, уточнить его в соответствии с погодными условиями и текущим самочувствием соотнести содержание занятия с наличием необходимого спортивного инвентаря и спортивной одежды.
- в. Расположить инвентарь и оборудование таким образом, чтобы они не мешали выполнению физических упражнений, планировать занятия в определенное время в режиме дня.
- г. Распланировать последовательность выполнения упражнений и подобрать соответствующую спортивную одежду, подготовить место для занятий подвижными или спортивными играми, индивидуальными или коллективными видами физических упражнений.

11. Под физическим развитием понимается ...

- а. процесс изменения морфофункциональных показателей организма человека на протяжении жизни;
- б. повышение физической работоспособности;
- в. процесс развития физических качеств;
- г. процесс регулярного занятия физическими упражнениями.

12. Величина физической нагрузки является производной от ...

- а. количества повторений упражнений и их продолжительности;
- б. скорости, темпа и мощности движений;
- в. её концентрации во времени;
- г. её объема и интенсивности.

13. При воспитании выносливости НЕ применяются упражнения, характерным признаком которого является ...

- а. максимальная активность систем энергообеспечения;
- б. большая продолжительность;
- в. максимальная амплитуда движений;
- г. умеренная интенсивность.

Задания в открытой форме

Завершите утверждения, вписав соответствующее слово в бланк ответов.

14. Положение тела занимающегося, при котором согнутые ноги в коленях подтянуты руками к груди (кисти захватывают голени) называется...

15. Конечной целью шахматной игры является ... *поставить шах и мат.*

16. Комплекс упражнений, выполняемый непосредственно перед стартом или в начале тренировки называется ... *разминка.*

17. Состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических недостатков называется...

Задание «на соответствие»

18. Сопоставьте названия спортивных игр и страну их происхождения. Ответ запишите в бланк ответов

	Вид спортивной игры		Страна происхождения
1.	волейбол	A.	Англия
2.	баскетбол	B.	США
3.	футбол	B.	Дания

Задание – кроссворд

19. Решите кроссворд, записав ответы-слова в бланке ответов

По горизонтали

1. Способность человека выполнять упражнения с большой амплитудой за счет подвижности в суставах и позвоночнике.
3. Способность человека к продолжительной и эффективной работе умеренной интенсивности.
4. Способность человека осваивать и выполнять сложные двигательные действия, быстро их перестраивать в соответствии с изменяющимися условиями.

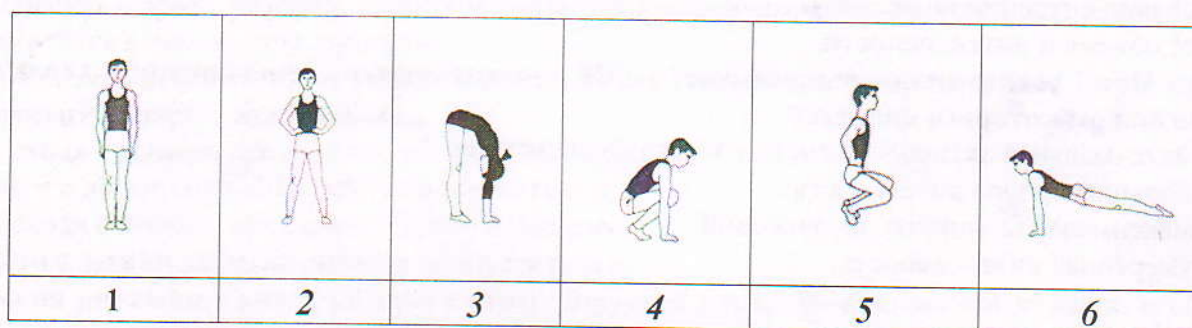
По вертикали

2. Способность человека совершать двигательные действия в минимальный отрезок времени.
5. Способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противостоять ему за счет мышечных усилий (напряжений).

Задание с графическими изображениями двигательных действий

20. Запишите названия представленных на картинках изображения исходных положений, в соответствии с гимнастической терминологией.

20.



Вы выполнили задание.

Поздравляем!