

041

**ТЕКСТЫ ОЛИМПИАДНЫХ ЗАДАНИЙ ДЛЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО ЭТАПА  
ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ ПО ПРЕДМЕТУ  
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В 2023/24 УЧЕБНОМ ГОДУ.**

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ**

7-8 классы

175.

**I. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ**

**Инструкция по выполнению теоретико-методического задания**

Вам предлагаются задания, основанные на содержании образовательных программ основного общего и среднего общего образования углубленного уровня по предмету «Физическая культура».

Задания объединены в 6 групп:

**I. Задания в закрытой форме №№ 1–15** с выбором одного или нескольких правильных ответов из предложенных вариантов. Задания представлены в форме незавершенных утверждений, которые при завершении могут оказаться либо истинными, либо ложными. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильное завершение из предложенных вариантов. Правильным является то, которое наиболее полно соответствует смыслу утверждения.

Выбранные варианты отмечаются зачеркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в» или «г», например:

1  а  б  в  г

Ряд заданий оцениваются, если отмечены все зачетные варианты. Это условие указано в задании: *«отметьте все позиции»*.

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте незнакомые задания. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.

**II. Задания в открытой форме №№ 16–18.** При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подбранное определение разборчиво вписывайте в соответствующую графу бланка ответов, не допуская орфографических ошибок.

**III. Задание на установления соответствия № 19.** При выполнении задания №19 необходимо установить соответствие между терминами строевых упражнений и определениями, раскрывающие их сущность.

**IV. Задание № 20 процессуального и алгоритмического толка.**

При выполнении задания необходимо выстроить верную последовательность видов, входящих в программу современного пятиборья.

**V. Задание, связанное с перечислением. №21.**

При выполнении задания необходимо перечислить виды одновременных классических лыжных ходов.

**VI. Графическое задание №22.**

При выполнении задания необходимо верно указать названия пиктограмм ВФСК ГТО.

*Время выполнения заданий – 45 минут.*

Контролируйте время выполнения задания.

Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов.

За допущенные участником в ответах *орфографические ошибки* ответ считается *неверным*.

Все *исправления и зачеркивания* квалифицируются как *неверный* ответ.

*Желаем успеха!*

## ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

### Задания в закрытой форме

Завершите утверждения, отмечая соответствующие поля бланка ответов.

1. 2023 год в Российской Федерации объявлен годом...

- а. Учителя;
- б. Педагога;
- +  в. Педагога и наставника; 1
- г. Тренера.

2. Заключительный этап подготовки атлетов к Играм в Древней Греции проводился в специальном помещении, называемом...

- а. Гимнасий;
- б. Стадион;
- в. Ипподром;
- +  г. Палестра. 1

3. Физкультурные паузы в режиме дня способствуют...

- а. ...закаливанию организма;
- б. ...достижению максимума физического развития;
- в. ...снижению возбуждения нервной системы;
- +  г. ...повышению эффективности обучения. 1

4. Футболист, забивший по 2 гола в каждом из таймов совершил...

- а. «дубль»;
- б. «дабл-дабл»;
- в. «пента-трик»;
- г. «покер». 0

5. Занятие физической культурой включает в себя...

- а. 2 части;
- +  б. 3 части; 1
- в. 4 части;
- г. 1-2 части.

6. Интенсивность упражнений может быть...

- а. Слабой;
  - б. Малой;
  - в. Высокой;
  - г. Сильной. 0
- Отметьте все позиции.

7. Здоровье населения, прежде всего, зависит от...?

- а. ... качества жизни;
- +  б. ... образа жизни;
- в. ... наследственности;
- г. ... экологии.

1

8. Коронный снаряд Алии Мустафиной, на котором она завоевала золото Олимпийских игр 2012, 2016 г?

- +  а. Разновысокие брусья;
- б. Параллельные брусья;
- в. Кольца;
- г. Опорный прыжок.

1

9. Во время остановки игры в баскетболе, волейболе, хоккее, футболе, регби к судье может обращаться только...

- а. ... президент клуба;
- б. ... тренер команды;
- в. ... капитан команды;
- г. ... игроки команды.

0

10. Объем физической нагрузки характеризуется...

- +  а. Количеством выполненных упражнений;
- б. Темпом движения;
- +  в. Затратами времени на занятие;
- г. Частотой сердечных сокращений.

1

Отметьте все позиции.

11. Что является основным средством физической культуры?

- а. Двигательные действия;
- б. Соревнования;
- +  в. Физические упражнения;
- г. Занятия физической культурой.

1

12. Что из перечисленного НЕ ЯВЛЯЕТСЯ физическим качеством?

- +  а. Скорость;
- б. Ловкость;
- в. Выносливость;
- г. Гибкость.

1

13. «Старт пловца» в гимнастике это:

- а. Полу присед с полу наклоном, руки вперед;
- б. Присед, руки назад;
- в. Упор присев;

г. Полу присед с полу наклоном, руки назад. 0

14. На какой ноге выполняют повороты в баскетболе после остановки двумя шагами?

- а. На правой;
- б. На левой;
- в. На той, которая коснулась пола первой;
- г. На любой. 0

15. На какое количество ступеней увеличился ВФСК ГТО с марта 2023?

- а. На 5;
- б. На 7;
- в. На 9;
- г. Остался без изменений. 0

Задания в открытой форме

Завершите утверждение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.

16. Назовите спортивную игру, состоящую из трёх партий, которая проводится на площадке для парной игры размером 1340 x 610 см, делится поперёк сеткой, натянутой на высоте 152 см, цель игры – выиграть две партии из трёх. теннис 0

17. Нарушение осанки во фронтальной плоскости называется... сколиоз 2

18. Проскальзывание лыж назад после отталкивания, обозначается как... 0

Задание на установления соответствия

19. Установите соответствие между терминами строевых упражнений и их определением. Ответ буквами запишите в бланк ответов.

Термины	Определение	
1. Дистанция	А	Строй, в котором занимающиеся размещены на одной линии, один возле другого и обращены лицом в одну сторону.
2. Интервал	Б	Строй, в котором занимающиеся расположены в затылок друг другу.
3. Колонна	В	Способы увеличения интервала или дистанции строя.
4. Строй	Г	Сторона строя, в которую занимающиеся обращены лицом.
5. Фланги	Д	Расстояние по фронту между занимающимися (в шеренге).
6. Фронт	Е	Расстояние между занимающимися в глубину (в колонне).
7. Шеренги	Ж	Установленное размещение занимающихся для совместных действий.

6. А - 1. 2 +  
3. Б + 5. 3 +  
2. А +

68.

	З	Правая и левая оконечности строя.
	И	Способ увеличения интервала и дистанции строя.

Задание процессуального и алгоритмического толка

20. Установите последовательность состязаний в программе современного пятиборья.  
(Ответ запишите **БУКВАМИ, В ВЕРНОЙ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ**)

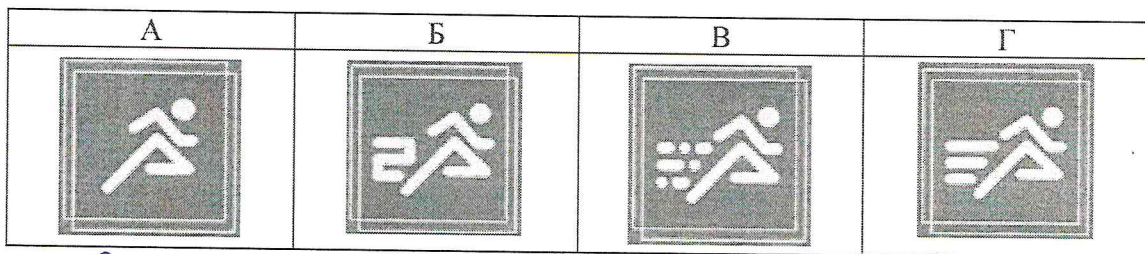
А	Плавание	В	—
Б	Конкур	Г	—
В	Стрельба	А	—
Г	Бег	Д	—
Д	Фехтование	Б	—

Задание, связанное с перечислением.

— 21. Назовите виды одновременных классических лыжные ходов.

Графическое задание.

— 22. Дайте правильное название пиктограммам ВФСК ГТО.



Бег —

0

Вы выполнили задание!  
Поздравляем!

008

**ТЕКСТЫ ОЛИМПИАДНЫХ ЗАДАНИЙ ДЛЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО ЭТАПА  
ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ ПО ПРЕДМЕТУ  
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В 2023/24 УЧЕБНОМ ГОДУ.**

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ**

7-8 классы

**I. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ**

**Инструкция по выполнению теоретико-методического задания**

Вам предлагаются задания, основанные на содержании образовательных программ основного общего и среднего общего образования углубленного уровня по предмету «Физическая культура».

Задания объединены в 6 групп:

**I. Задания в закрытой форме №№ 1–15** с выбором одного или нескольких правильных ответов из предложенных вариантов. Задания представлены в форме незавершенных утверждений, которые при завершении могут оказаться либо истинными, либо ложными. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильное завершение из предложенных вариантов. Правильным является то, которое наиболее полно соответствует смыслу утверждения.

Выбранные варианты отмечаются зачеркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в» или «г», например:

1     а     б     в     г

Ряд заданий оцениваются, если отмечены все зачетные варианты. Это условие указано в задании: *«отметьте все позиции»*.

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте незнакомые задания. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.

**II. Задания в открытой форме №№ 16–18.** При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подобранный определение разборчиво вписывайте в соответствующую графу бланка ответов, не допуская орфографических ошибок.

**III. Задание на установления соответствия № 19.** При выполнении задания №19 необходимо установить соответствие между терминами строевых упражнений и определениями, раскрывающие их сущность.

**IV. Задание № 20 процессуального и алгоритмического толка.**

При выполнении задания необходимо выстроить верную последовательность видов, входящих в программу современного пятиборья.

**V. Задание, связанное с перечислением. №21.**

При выполнении задания необходимо перечислить виды одновременных классических лыжных ходов.

**VI. Графическое задание №22.**

При выполнении задания необходимо верно указать названия пиктограмм ВФСК ГТО.

***Время выполнения заданий – 45 минут.***

Контролируйте время выполнения задания.

Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов.

За допущенные участником в ответах *орфографические ошибки* ответ считается *неверным*.

Все *исправления и зачеркивания* квалифицируются как *неверный* ответ.

***Желаем успеха!***



## ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

### Задания в закрытой форме

Завершите утверждения, отмечая соответствующие поля бланка ответов.

1. 2023 год в Российской Федерации объявлен годом...

- а. Учителя;
- б. Педагога;
- +  в. Педагога и наставника;
- г. Тренера.

1

2. Заключительный этап подготовки атлетов к Играм в Древней Греции проводился в специальном помещении, называемом...

- а. Гимнасий;
- б. Стадион;
- в. Ипподром;
- г. Палестра.

0

3. Физкультурные паузы в режиме дня способствуют...

- а. ...закаливанию организма;
- б. ...достижению максимума физического развития;
- в. ...снижению возбуждения нервной системы;
- г. ...повышению эффективности обучения.

0

4. Футболист, забивший по 2 гола в каждом из таймов совершил...

- а. «дубль»;
- б. «дабл-дабл»;
- в. «пента-трик»;
- +  г. «покер».

1

5. Занятие физической культурой включает в себя...

- а. 2 части;
- б. 3 части;
- в. 4 части;
- г. 1-2 части.

0

6. Интенсивность упражнений может быть...

- а. Слабой;
- +  б. Малой;
- +  в. Высокой;
- г. Сильной.

Отметьте все позиции.

1

7. *Здоровье населения, прежде всего, зависит от...?*

- †  а. ... качества жизни;  
 б. ... образа жизни;  
в. ... наследственности;  
г. ... экологии.

8. *Коронный снаряд Алии Мустафиной, на котором она завоевала золото Олимпийских игр 2012, 2016 г?*

- а. Разновысокие брусья;  
б. Параллельные брусья;  
—  в. Кольца;  
г. Опорный прыжок.

9. *Во время остановки игры в баскетболе, волейболе, хоккее, футболе, регби к судьбе может обращаться только...*

- а. ... президент клуба;  
 б. ... тренер команды;  
в. ... капитан команды;  
г. ... игроки команды.

10. *Объем физической нагрузки характеризуется...*

- а. Количеством выполненных упражнений;  
б. Темпом движения;  
в. Затратами времени на занятие;  
 г. Частотой сердечных сокращений.

Отметьте все позиции.

11. *Что является основным средством физической культуры?*

- †  а. Двигательные действия;  
б. Соревнования;  
 в. Физические упражнения;  
г. Занятия физической культурой.

12. *Что из перечисленного НЕ ЯВЛЯЕТСЯ физическим качеством?*

- а. Скорость;  
б. Ловкость;  
 в. Выносливость;  
г. Гибкость.

13. *«Старт пловца» в гимнастике это:*

- а. Полу присед с полу наклоном, руки вперед;  
б. Присед, руки назад;  
в. Упор присев;

г. Полу присед с полу наклоном, руки назад.

14. На какой ноге выполняют повороты в баскетболе после остановки двумя шагами?

а. На правой;

б. На левой;

в. На той, которая коснулась пола первой;

г. На любой.

15. На какое количество ступеней увеличился ВФСК ГТО с марта 2023?

а. На 5;

б. На 7;

в. На 9;

г. Остался без изменений.

### Задания в открытой форме

Завершите утверждение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.

16. Назовите спортивную игру, состоящую из трёх партий, которая проводится на площадке для парной игры размером 1340 x 610 см, делится поперёк сеткой, натянутой на высоте 152 см, цель игры – выиграть две партии из трёх.

17. Нарушение осанки во фронтальной плоскости называется...

18. Проскальзывание лыж назад после отталкивания, обозначается как...

### Задание на установления соответствия

19. Установите соответствие между терминами строевых упражнений и их определением. Ответ буквами запишите в бланк ответов.

Термины		Определение	
1.	Дистанция	А	Строй, в котором занимающиеся размещены на одной линии, один возле другого и обращены лицом в одну сторону.
2.	Интервал	Б	Строй, в котором занимающиеся расположены в затылок друг другу.
3.	Колонна	В	Способы увеличения интервала или дистанции строя.
4.	Строй	Г	Сторона строя, в которую занимающиеся обращены лицом.
5.	Фланги	Д	Расстояние по фронту между занимающимися (в шеренге).
6.	Фронт	Е	Расстояние между занимающимися в глубину (в колонне).
7.	Шеренги	Ж	Установленное размещение занимающихся для совместных действий.

	З	Правая и левая оконечности строя.
	И	Способ увеличения интервала и дистанции строя.

Задание процессуального и алгоритмического толка

20. Установите последовательность состязаний в программе современного пятиборья.  
(Ответ запишите **БУКВАМИ, В ВЕРНОЙ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ**)

А	Плавание	1	—
Б	Конкур	2	—
В	Стрельба	4	—
Г	Бег	5	—
Д	Фехтование	3	—

Задание, связанное с перечислением.

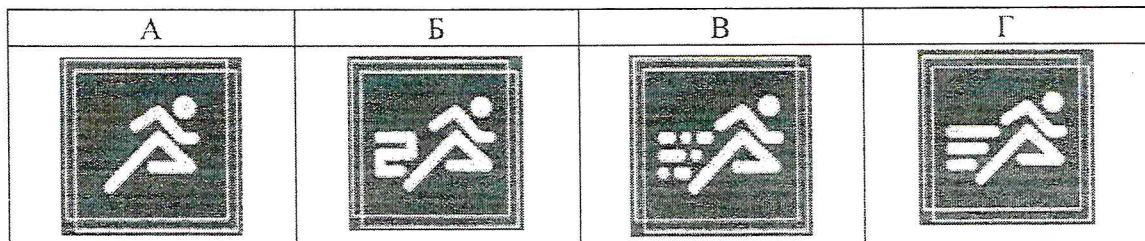
0

— 21. Назовите виды одновременных классических лыжные ходов.

0

Графическое задание.

— 22. Дайте правильное название пиктограммам ВФСК ГТО.



0

Вы выполнили задание!

Поздравляем!

ТЕКСТЫ ОЛИМПИАДНЫХ ЗАДАНИЙ ДЛЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО ЭТАПА  
ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ ПО ПРЕДМЕТУ  
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В 2023/24 УЧЕБНОМ ГОДУ.

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

7-8 классы

I. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Инструкция по выполнению теоретико-методического задания

Вам предлагаются задания, основанные на содержании образовательных программ основного общего и среднего общего образования углубленного уровня по предмету «Физическая культура».

Задания объединены в 6 групп:

I. Задания в закрытой форме №№ 1–15 с выбором одного или нескольких правильных ответов из предложенных вариантов. Задания представлены в форме незавершенных утверждений, которые при завершении могут оказаться либо истинными, либо ложными. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильное завершение из предложенных вариантов. Правильным является то, которое наиболее полно соответствует смыслу утверждения.

Выбранные варианты отмечаются зачеркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в» или «г», например:

1  а  б  в  г

Ряд заданий оцениваются, если отмечены все зачетные варианты. Это условие указано в задании: *«отметьте все позиции»*.

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте незнакомые задания. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.

II. Задания в открытой форме №№ 16–18. При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подбранное определение разборчиво вписывайте в соответствующую графу бланка ответов, не допуская орфографических ошибок.

**III. Задание на установления соответствия № 19.** При выполнении задания №19 необходимо установить соответствие между терминами строевых упражнений и определениями, раскрывающие их сущность.

**IV. Задание № 20 процессуального и алгоритмического толка.**

При выполнении задания необходимо выстроить верную последовательность видов, входящих в программу современного пятиборья.

**V. Задание, связанное с перечислением. №21.**

При выполнении задания необходимо перечислить виды одновременных классических лыжных ходов.

**VI. Графическое задание №22.**

При выполнении задания необходимо верно указать названия пиктограмм ВФСК ГТО.

***Время выполнения заданий – 45 минут.***

Контролируйте время выполнения задания.

Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов.

За допущенные участником в ответах *орфографические ошибки* ответ считается *неверным*.

Все *исправления и зачеркивания* квалифицируются как *неверный* ответ.

***Желаем успеха!***

## ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

### Задания в закрытой форме

Завершите утверждения, отмечая соответствующие поля бланка ответов.

1. 2023 год в Российской Федерации объявлен годом...

- а. Учителя;
- б. Педагога;
- +  в. Педагога и наставника;
- г. Тренера.

1

2. Заключительный этап подготовки атлетов к Играм в Древней Греции проводился в специальном помещении, называемом...

- а. Гимнасий;
- б. Стадиондром;
- в. Ипподром;
- г. Палестра.

0

3. Физкультурные паузы в режиме дня способствуют...

- а. ...закаливанию организма;
- б. ...достижению максимума физического развития;
- в. ...снижению возбуждения нервной системы;
- +  г. ...повышению эффективности обучения.

1

4. Футболист, забивший по 2 гола в каждом из таймов совершил...

- а. «дубль»;
- б. «дабл-дабл»;
- в. «пента-трик»;
- +  г. «покер».

1

5. Занятие физической культурой включает в себя...

- а. 2 части;
- б. 3 части;
- в. 4 части;
- г. 1-2 части.

0

6. Интенсивность упражнений может быть...

- а. Слабой;
- +  б. Малой;
- +  в. Высокой;
- г. Сильной.

Отметьте все позиции.

1

7. *Здоровье населения, прежде всего, зависит от...?*

- а. ... качества жизни;
- +  б. ... образа жизни;
- в. ... наследственности;
- г. ... экологии.

1

8. *Коронный снаряд Алии Мустафиной, на котором она завоевала золото Олимпийских игр 2012, 2016 г?*

- а. Разновысокие брусья;
- б. Параллельные брусья;
- в. Кольца;
- г. Опорный прыжок.

в

9. *Во время остановки игры в баскетболе, волейболе, хоккее, футболе, регби к судьбе может обращаться только...*

- а. ... президент клуба;
- б. ... тренер команды;
- в. ... капитан команды;
- г. ... игроки команды.

в

10. *Объем физической нагрузки характеризуется...*

- +  а. Количеством выполненных упражнений;
- б. Темпом движения;
- +  в. Затратами времени на занятие;
- г. Частотой сердечных сокращений.

1

Отметьте все позиции.

11. *Что является основным средством физической культуры?*

- а. Двигательные действия;
- б. Соревнования;
- +  в. Физические упражнения;
- г. Занятия физической культурой.

1

12. *Что из перечисленного НЕ ЯВЛЯЕТСЯ физическим качеством?*

- а. Скорость;
- б. Ловкость;
- в. Выносливость;
- г. Гибкость.

в

13. *«Старт пловца» в гимнастике это:*

- а. Полу присед с полу наклоном, руки вперед;
- б. Присед, руки назад;
- в. Упор присев;



† г. Полу присед с полу наклоном, руки назад.

14. На какой ноге выполняют повороты в баскетболе после остановки двумя шагами?

- а. На правой;
- б. На левой;
- в. На той, которая коснулась пола первой;
- г. На любой.

15. На какое количество ступеней увеличился ВФСК ГТО с марта 2023?

- а. На 5;
- б. На 7;
- в. На 9;
- г. Остался без изменений.

Задания в открытой форме

Завершите утверждение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.

16. Назовите спортивную игру, состоящую из трёх партий, которая проводится на площадке для парной игры размером 1340 x 610 см, делится поперёк сеткой, натянутой на высоте 152 см, цель игры – выиграть две партии из трёх. Волейбол

17. Нарушение осанки во фронтальной плоскости называется...

Горка

18. Проскальзывание лыж назад после отталкивания, обозначается как...

Задание на установления соответствия

19. Установите соответствие между терминами строевых упражнений и их определением. Ответ буквами запишите в бланк ответов.

Термины		Определение	
1.	Дистанция	А	Строй, в котором занимающиеся размещены на одной линии, один возле другого и обращены лицом в одну сторону.
2.	Интервал	Б	Строй, в котором занимающиеся расположены в затылок друг другу.
3.	Колонна	В	Способы увеличения интервала или дистанции строя.
4.	Строй	Г	Сторона строя, в которую занимающиеся обращены лицом.
5.	Фланги	Д	Расстояние по фронту между занимающимися (в шеренге).
6.	Фронт	Е	Расстояние между занимающимися в глубину (в колонне).
7.	Шеренги	Ж	Установленное размещение занимающихся для совместных действий.

~~⊗~~

	3	Правая и левая оконечности строя.
	И	Способ увеличения интервала и дистанции строя.

1 м, 2 д, 3 е, 4 а, 5 г, 6 в, 7 б

1,58.

Задание процессуального и алгоритмического толка

20. Установите последовательность состязаний в программе современного пятиборья.  
(Ответ запишите **БУКВАМИ, В ВЕРНОЙ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ**)

—	А	Плавание	
—	Б	Конкур	
—	В	Стрельба	
—	Г	Бег	
—	Д	Фехтование	

Г, В, Б, Д, А

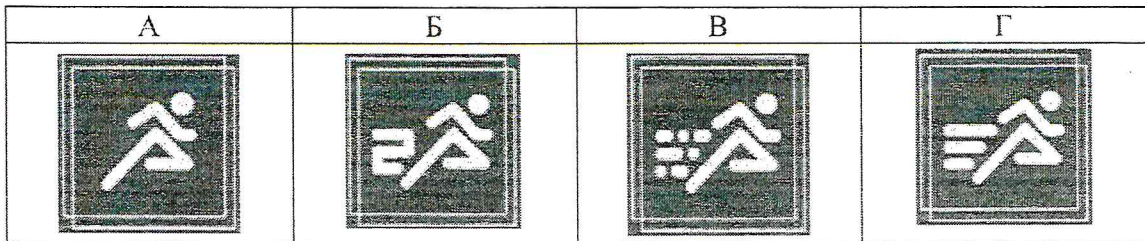
Задание, связанное с перечислением.

0

21. Назовите виды одновременных классических лыжные ходов.

Графическое задание.

22. Дайте правильное название пиктограммам ВФСК ГТО.



Бег

Кроссовый бег

—

—

+

1,58.

Вы выполнили задание!

Поздравляем!

ТЕКСТЫ ОЛИМПИАДНЫХ ЗАДАНИЙ ДЛЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО ЭТАПА  
ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ ПО ПРЕДМЕТУ  
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В 2023/24 УЧЕБНОМ ГОДУ.

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

9-11 классы

I. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Инструкция по выполнению теоретико-методического задания

Вам предлагаются задания, основанные на содержании образовательных программ основного общего и среднего общего образования углубленного уровня по предмету «Физическая культура».

Задания объединены в 7 групп:

I. Задания в закрытой форме №№ 1–15 с выбором одного правильного ответа из предложенных вариантов. Задания представлены в форме незавершенных утверждений, которые при завершении могут оказаться либо истинными, либо ложными. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильное завершение из предложенных вариантов. Правильным является то, которое наиболее полно соответствует смыслу утверждения.

Выбранные варианты отмечаются зачеркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в» или «г», например:

1  а  б  в  г

Ряд заданий оцениваются, если отмечены все зачетные варианты. Это условие указано в задании: *«отметьте все позиции»*.

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте незнакомые задания. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.

II. Задания в открытой форме №№ 16–20. При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подбранное определение разборчиво вписывайте в соответствующую графу бланка ответов, не допуская исправления и орфографические ошибки.

**III. Задание на установления соответствия №№ 21,22.** При выполнении задания №21 необходимо установить соответствие между с различными отклонениями в состоянии здоровья спортсменов и Международными спортивными соревнованиями, в которых они имеют право выступать. В задании №22 необходимо установить соответствие между частями урока и задачами, решаемыми на уроке. Ответы записывайте буквами в бланк ответов.

**IV. Задание № 23 процессуального и алгоритмического толка.**

При выполнении задания необходимо указать верную последовательность при составлении комплекса ОРУ, позиции необходимо занести цифрами в бланк ответов.

**V. Задание, связанное с перечислением. №24.**

**VI. Задание с графическим изображением (пиктограммой) №26.** При выполнении этого задание, необходимо правильно дать название виду спорта изображенному на картинке (пиктограмме) свой ответ записать в бланк ответов.

**VII. Задание - задача №27.**

**При выполнении этого задания разрешается использовать черновик. Записи, выполненные на черновике, не оцениваются.**

*Время выполнения заданий – 45 минут.*

Контролируйте время выполнения задания.

Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов.

За допущенные участником в ответах *орфографические ошибки* ответ считается *неверным*.

Все *исправления и зачеркивания* квалифицируются как *неверный* ответ.

*Желаем успеха!*

## ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

### Задания в закрытой форме

Завершите утверждения, отмечая соответствующие поля бланка ответов.

1. Годичный цикл спортивной тренировки делится на следующие периоды:

- а. Втягивающий, базовый, восстановительный;
- б. Подготовительный, соревновательный, переходный;
- в. Тренировочный, основной, соревновательный;
- г. Осенний, зимний, весенний, летний.

2. Развитие организма человека называется?

- а. Онтогенезом;
- б. Филогенезом;
- в. Социогенезом;
- г. Антропогенезом.

3. Состояние организма, характеризующееся функциональными изменениями, произошедшими под влиянием выполнения упражнений, обозначается как ...

- а. Развитие;
- б. Закалённость;
- в. Тренированность;
- г. Подготовленность.

4. Главной причиной нарушения осанки является...

- а. Слабость мышц;
- б. Привычка к определённым позам;
- в. Отсутствие движений во время школьных уроков;
- г. Ношение сумки, портфеля в одной руке.

5. Основой методики воспитания физических качеств является...

- а. Цикличность воздействий;
- б. Возрастная адекватность нагрузки;
- в. Постепенное повышение силы воздействия;
- г. Систематичность выполнения упражнений.

6. Кто из футболистов СССР становился обладателем Золотого мяча, как лучший футболист мира?

- а. Лев Яшин;
  - б. Олег Блохин;
  - в. Игорь Беланов;
  - г. Константин Бесков.
- (Отметить все позиции)

7. На какой дистанции Климент Колесников в 2023 году на кубке России в городе Казань установил мировой рекорд 23,55 сек ?

- а. 50 м кроль на спине;
- б. 50 м брасс;
- в. 50 м баттерфляй;
- г. 50 м вольный стиль.

8. Какой вид гибкости проявляется при маховых движениях с большой амплитудой?

- а. Активная статическая;
- б. Пассивная статическая;
- в. Активная динамическая;
- г. Пассивная динамическая.

9. Сколько раз в течение года спортсмен может быть протестирован на наличие допинга?

- а. Один раз в год;
- б. Не более одного раза в месяц;
- в. Каждый раз при выступлении на соревнованиях;
- г. Неограниченное количество раз.

10. Как снизить объём нагрузки в упражнении с внешним отягощением?

- а. Снизить вес отягощения;
- б. Уменьшить количество повторений;
- в. Снизить скорость выполнения упражнений;
- г. Уменьшить время отдыха между выполнениями упражнений.

11. Для оценивания состояния нервной регуляции сердечно-сосудистой системы используются следующие функциональные пробы с переменной положения тела...

- а. Генчи;
  - б. Клиностатическая;
  - в. Ортостатическая;
  - г. Ромберга.
- (Отметить все позиции)

12. Какой из методов физического воспитания предусматривает непрерывное выполнение физического упражнения?

- а. Повторный;
- б. Интервальный;
- в. Равномерный;
- г. Наглядный.

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

- а. Сед;
- б. Стойка;
- в. Упор;
- г. Вис.

14. Какое максимально возможное количество золотых знаков ВФСК ГТО может получить человек, рожденный в 2018 году?

- а. 11;
- б. 13;
- в. 15;
- г. 18.

15. В каких странах пройдет чемпионат мира по футболу в 2026 году?

- а. США;
- б. Канада;
- в. Мексика;
- г. Аргентина.

(Отметить все позиции)

Задания в открытой форме

Завершите утверждение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.

2 16. Количество лет между играми XXII Олимпиады и XXII зимними Олимпийскими играми составило? 34.

2 17. Действие обучающихся, связанное с увеличением интервала и дистанции. Разминание.

2 18. Ничья в шахматной партии... пат.

— 19. Основное рабочее движение, обеспечивающее продвижение пловца в воде, называется... грибок.

2 20. Воспроизведение упражнения, чаще всего точное по форме, но без значительных усилий. Имитация

Задания на установления соответствия

21. Соотнесите спортсменов с различными отклонениями в состоянии здоровья и Международными спортивными соревнованиями, в которых они имеют право выступать. Ответ буквами запишите в бланк ответа.

Спортсмены с:		Международные соревнования	
1.	поражениями опорно-двигательного аппарата <u>2</u>	А.	Специальная олимпиада
2.	поражениями органов слуха <u>6</u>	Б.	Паралимпийские игры

3.	дефектами зрения	Б	В.	Сурдлимпийские игры
4.	поражением интеллекта	А	Г.	Олимпийские игры

22. Установите соответствие между задачами и частями урока, в которых они должны решаться...

Части урока	Задачи
1. Подготовительная ЕЖ	А. формирование профессионально-прикладных знаний, умений и навыков
	Б. расслабление напряжённых мышц
2. Основная А В	В. воспитание физических качеств
	Г. психологическая установка
3. Заключительная Б В	Д. ознакомление с задачами следующего урока
	Е. постепенная функциональная подготовка

Задание процессуального и алгоритмического толка

23. Установите верную последовательность, для составления комплекса ОРУ, ответ впишите цифрами.

1. Упражнения силового характера; 2, 4, 3, 1.  
 2. Упражнения для шеи и рук;  
 3. Упражнения для ног;  
 4. Упражнения для туловища.

Задание, связанное с перечислением.

24. Перечислите известные Вам способы лазания по канату.

4,5  
 2 приема в два приема,  
 3 приема, без ног.

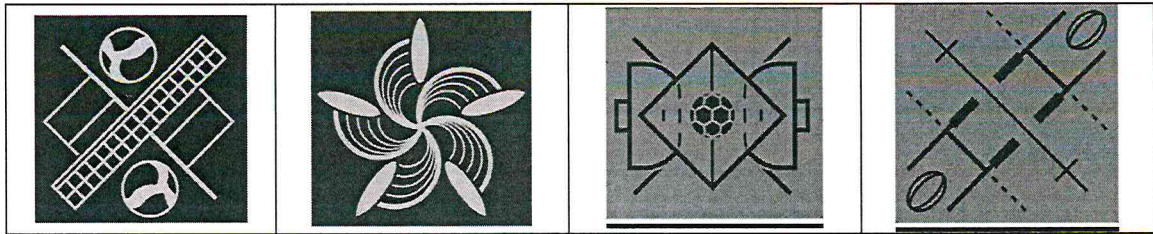
Задание с графическим изображением (пиктограммой)

25. Назовите представленные на картинках пиктограммы видов спорта Олимпийских игр 2024 в Париже.

1	2	3	4
---	---	---	---

24,5





4  
Волейбол  
2

Футбол

регби  
2

Задание-задача

26. Рассчитайте среднюю скорость рекорда в беге на 100 м среди мужчин, установленного в 2009 году Усейном Болтом. Запишите решение, ответ округлите до десятых и запишите в км/ч. 10 м/с.

Вы выполнили задание!  
Поздравляем!

28,5



038

**ТЕКСТЫ ОЛИМПИАДНЫХ ЗАДАНИЙ ДЛЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО ЭТАПА  
ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ ПО ПРЕДМЕТУ  
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В 2023/24 УЧЕБНОМ ГОДУ.**

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ**

9-11 классы

**I. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ**

**Инструкция по выполнению теоретико-методического задания**

Вам предлагаются задания, основанные на содержании образовательных программ основного общего и среднего общего образования углубленного уровня по предмету «Физическая культура».

Задания объединены в 7 групп:

**I. Задания в закрытой форме №№ 1–15** с выбором одного правильного ответа из предложенных вариантов. Задания представлены в форме незавершенных утверждений, которые при завершении могут оказаться либо истинными, либо ложными. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильное завершение из предложенных вариантов. Правильным является то, которое наиболее полно соответствует смыслу утверждения.

Выбранные варианты отмечаются зачеркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в» или «г», например:

1     а     б     в     г

Ряд заданий оцениваются, если отмечены все зачетные варианты. Это условие указано в задании: **«отметьте все позиции»**.

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте незнакомые задания. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.

**II. Задания в открытой форме №№ 16–20.** При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подобранные определения разборчиво вписывайте в соответствующую графу бланка ответов, не допуская исправления и орфографические ошибки.

III. Задание на установления соответствия №№ 21,22. При выполнении задания №21 необходимо установить соответствие между с различными отклонениями в состоянии здоровья спортсменов и Международными спортивными соревнованиями, в которых они имеют право выступать. В задании №22 необходимо установить соответствие между частями урока и задачами, решаемыми на уроке. Ответы записывайте буквами в бланк ответов.

IV. Задание № 23 процессуального и алгоритмического толка.

При выполнении задания необходимо указать верную последовательность при составлении комплекса ОРУ, позиции необходимо занести цифрами в бланк ответов.

V. Задание, связанное с перечислением. №24.

VI. Задание с графическим изображением (пиктограммой) №26. При выполнении этого задание, необходимо правильно дать название виду спорта изображенному на картинке (пиктограмме) свой ответ записать в бланк ответов.

VII. Задание - задача №27.

При выполнении этого задания разрешается использовать черновик. Записи, выполненные на черновике, не оцениваются.

*Время выполнения заданий – 45 минут.*

Контролируйте время выполнения задания.

Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов.

За допущенные участником в ответах *орфографические ошибки* ответ считается *неверным*.

Все *исправления и зачеркивания* квалифицируются как *неверный* ответ.

*Желаем успеха!*

## ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

### Задания в закрытой форме

Завершите утверждения, отмечая соответствующие поля бланка ответов.

1. Годичный цикл спортивной тренировки делится на следующие периоды:

- а. Втягивающий, базовый, восстановительный;
- б. Подготовительный, соревновательный, переходный;
- в. Тренировочный, основной, соревновательный;
- г. Осенний, зимний, весенний, летний.

0

2. Развитие организма человека называется?

- а. Онтогенезом;
- б. Филогенезом;
- в. Социогенезом;
- г. Антропогенезом.

0

3. Состояние организма, характеризующееся функциональными изменениями, произошедшими под влиянием выполнения упражнений, обозначается как ...

- а. Развитие;
- б. Закалённость;
- в. Тренированность;
- г. Подготовленность.

1

4. Главной причиной нарушения осанки является...

- а. Слабость мышц;
- б. Привычка к определённым позам;
- в. Отсутствие движений во время школьных уроков;
- г. Ношение сумки, портфеля в одной руке.

1

5. Основой методики воспитания физических качеств является...

- а. Цикличность воздействий;
- б. Возрастная адекватность нагрузки;
- в. Постепенное повышение силы воздействия;
- г. Систематичность выполнения упражнений.

0

6. Кто из футболистов СССР становился обладателем Золотого мяча, как лучший футболист мира?

- а. Лев Яшин;
  - б. Олег Блохин;
  - в. Игорь Беланов;
  - г. Константин Бесков.
- (Отметить все позиции)

0

7. На какой дистанции Климент Колесников в 2023 году на кубке России в городе Казань установил мировой рекорд 23,55 сек ?

- а. 50 м кроль на спине;
- б. 50 м брасс;
- в. 50 м баттерфляй;
- г. 50 м вольный стиль.

8. Какой вид гибкости проявляется при маховых движениях с большой амплитудой?

- а. Активная статическая;
- б. Пассивная статическая;
- в. Активная динамическая;
- г. Пассивная динамическая.

9. Сколько раз в течение года спортсмен может быть протестирован на наличие допинга?

- а. Один раз в год;
- б. Не более одного раза в месяц;
- в. Каждый раз при выступлении на соревнованиях;
- г. Неограниченное количество раз.

10. Как снизить объём нагрузки в упражнении с внешним отягощением?

- а. Снизить вес отягощения;
- б. Уменьшить количество повторений;
- в. Снизить скорость выполнения упражнений;
- г. Уменьшить время отдыха между выполнениями упражнений.

11. Для оценивания состояния нервной регуляции сердечно-сосудистой системы используются следующие функциональные пробы с переменной положением тела...

- а. Генчи;
- б. Клиностатическая;
- в. Ортостатическая;
- г. Ромберга.

(Отметить все позиции)

12. Какой из методов физического воспитания предусматривает непрерывное выполнение физического упражнения?

- а. Повторный;
- б. Интервальный;
- в. Равномерный;
- г. Наглядный.

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

- а. Сед;
- б. Стойка;
- в. Упор;
- г. Вис.

14. Какое максимально возможное количество золотых знаков ВФСК ГТО может получить человек, рожденный в 2018 году?

- а. 11;
- б. 13;
- в. 15;
- г. 18.

15. В каких странах пройдет чемпионат мира по футболу в 2026 году?

- а. США;
  - б. Канада;
  - в. Мексика;
  - г. Аргентина.
- (Отметить все позиции)

Задания в открытой форме

Завершите утверждение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.

16. Количество лет между играми XXII Олимпиады и XXII зимними Олимпийскими играми составило? *4 года*

17. Действие обучающихся, связанное с увеличением интервала и дистанции.

18. Ничья в шахматной партии...

19. Основное рабочее движение, обеспечивающее продвижение пловца в воде, называется... *гребки*

20. Воспроизведение упражнения, чаще всего точное по форме, но без значительных усилий. *повторение*

Задания на установления соответствия

21. Соотнесите спортсменов с различными отклонениями в состоянии здоровья и Международными спортивными соревнованиями, в которых они имеют право выступать. Ответ буквами запишите в бланк ответа.

Спортсмены с:		Международные соревнования	
1.	поражениями опорно-двигательного аппарата	А.	Специальная олимпиада
2.	поражениями органов слуха	Б.	Паралимпийские игры

3.	дефектами зрения	В.	Сурдлимпийские игры	0
4.	поражением интеллекта	Г.	Олимпийские игры	0

18 2 3 4 5;  
 22. Установите соответствие между задачами и частями урока, в которых они должны решаться...

Части урока	Задачи	
1. Подготовительная	А. формирование профессионально-прикладных знаний, умений и навыков	0
	Б. расслабление напряжённых мышц	
2. Основная	В. воспитание физических качеств	0
	Г. психологическая установка	
3. Заключительная	Д. ознакомление с задачами следующего урока	0
	Е. постепенная функциональная подготовка	

18; 2А; 3Б;

Задание процессуального и алгоритмического толка

23. Установите верную последовательность, для составления комплекса ОРУ, ответ запишите цифрами.

2, 4, 3, 1

1. Упражнения силового характера;
2. Упражнения для шеи и рук;
3. Упражнения для ног;
4. Упражнения для туловища.

3

Задание, связанное с перечислением.

24. Перечислите известные Вам способы лазания по канату.

без помощи ног. с помощью ног, лесенкой

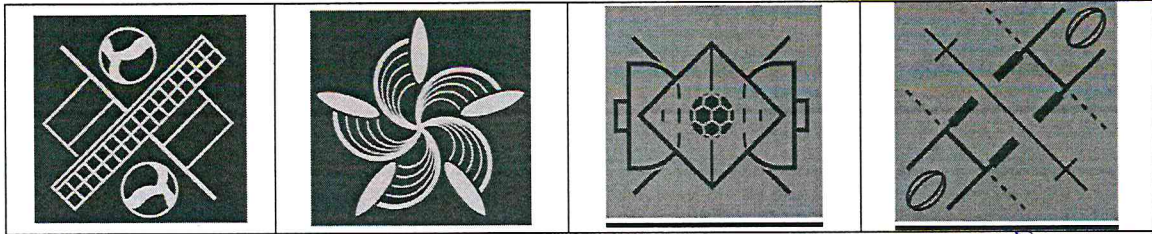
0 1,5

Задание с графическим изображением (пиктограммой)

25. Назовите представленные на картинках пиктограммы видов спорта Олимпийских игр 2024 в Париже.

1	2	3	4
волейбол		футбол	резино
2	0	0	2





Волейбол

баскетбол

Теннис

Задание-задача

26. Рассчитайте среднюю скорость рекорда в беге на 100 м среди мужчин, установленного в 2009 году Усейном Болтом. Запишите решение, ответ округлите до десятых и запишите в км/ч.

0

**Вы выполнили задание!  
Поздравляем!**



ТЕКСТЫ ОЛИМПИАДНЫХ ЗАДАНИЙ ДЛЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО ЭТАПА  
ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ ПО ПРЕДМЕТУ  
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В 2023/24 УЧЕБНОМ ГОДУ.

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

9-11 классы

I. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Инструкция по выполнению теоретико-методического задания

Вам предлагаются задания, основанные на содержании образовательных программ основного общего и среднего общего образования углубленного уровня по предмету «Физическая культура».

Задания объединены в 7 групп:

I. Задания в закрытой форме №№ 1–15 с выбором одного правильного ответа из предложенных вариантов. Задания представлены в форме незавершенных утверждений, которые при завершении могут оказаться либо истинными, либо ложными. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильное завершение из предложенных вариантов. Правильным является то, которое наиболее полно соответствует смыслу утверждения.

Выбранные варианты отмечаются зачеркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в» или «г», например:

1  а  б  в  г

Ряд заданий оцениваются, если отмечены все зачетные варианты. Это условие указано в задании: *«отметьте все позиции»*.

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте незнакомые задания. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.

II. Задания в открытой форме №№ 16–20. При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подобранные определения разборчиво вписывайте в соответствующую графу бланка ответов, не допуская исправления и орфографические ошибки.

**III. Задание на установления соответствия №№ 21,22.** При выполнении задания №21 необходимо установить соответствие между с различными отклонениями в состоянии здоровья спортсменов и Международными спортивными соревнованиями, в которых они имеют право выступать. В задании №22 необходимо установить соответствие между частями урока и задачами, решаемыми на уроке. Ответы записывайте буквами в бланк ответов.

**IV. Задание № 23 процессуального и алгоритмического толка.**

При выполнении задания необходимо указать верную последовательность при составлении комплекса ОРУ, позиции необходимо занести цифрами в бланк ответов.

**V. Задание, связанное с перечислением. №24.**

**VI. Задание с графическим изображением (пиктограммой) №26.** При выполнении этого задание, необходимо правильно дать название виду спорта изображенному на картинке (пиктограмме) свой ответ записать в бланк ответов.

**VII. Задание - задача №27.**

**При выполнении этого задания разрешается использовать черновик. Записи, выполненные на черновике, не оцениваются.**

*Время выполнения заданий – 45 минут.*

Контролируйте время выполнения задания.

Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов.

За допущенные участником в ответах *орфографические ошибки* ответ считается *неверным*.

Все исправления и зачеркивания квалифицируются как *неверный* ответ.

*Желаем успеха!*

## ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

### Задания в закрытой форме

Завершите утверждения, отмечая соответствующие поля бланка ответов.

1. Годичный цикл спортивной тренировки делится на следующие периоды:

- а. Втягивающий, базовый, восстановительный;
- б. Подготовительный, соревновательный, переходный;
- в. Тренировочный, основной, соревновательный;
- г. Осенний, зимний, весенний, летний.

2. Развитие организма человека называется?

- а. Онтогенезом;
- б. Филогенезом;
- в. Социогенезом;
- г. Антропогенезом.

3. Состояние организма, характеризующееся функциональными изменениями, произошедшими под влиянием выполнения упражнений, обозначается как ...

- а. Развитие;
- б. Закалённость;
- в. Тренированность;
- г. Подготовленность.

4. Главной причиной нарушения осанки является...

- а. Слабость мышц;
- б. Привычка к определённым позам;
- в. Отсутствие движений во время школьных уроков;
- г. Ношение сумки, портфеля в одной руке.

5. Основой методики воспитания физических качеств является...

- а. Цикличность воздействий;
- б. Возрастная адекватность нагрузки;
- в. Постепенное повышение силы воздействия;
- г. Систематичность выполнения упражнений.

6. Кто из футболистов СССР становился обладателем Золотого мяча, как лучший футболист мира?

- а. Лев Яшин;
  - б. Олег Блохин;
  - в. Игорь Беланов;
  - г. Константин Бесков.
- (Отметить все позиции)

7. На какой дистанции Климент Колесников в 2023 году на кубке России в городе Казань установил мировой рекорд 23,55 сек ?

- а. 50 м кроль на спине;
- б. 50 м брасс;
- в. 50 м баттерфляй;
- г. 50 м вольный стиль.

8. Какой вид гибкости проявляется при маховых движениях с большой амплитудой?

- а. Активная статическая;
- б. Пассивная статическая;
- в. Активная динамическая;
- г. Пассивная динамическая.

9. Сколько раз в течение года спортсмен может быть протестирован на наличие допинга?

- а. Один раз в год;
- б. Не более одного раза в месяц;
- в. Каждый раз при выступлении на соревнованиях;
- г. Неограниченное количество раз.

10. Как снизить объём нагрузки в упражнении с внешним отягощением?

- а. Снизить вес отягощения;
- б. Уменьшить количество повторений;
- в. Снизить скорость выполнения упражнений;
- г. Уменьшить время отдыха между выполнениями упражнений.

11. Для оценивания состояния нервной регуляции сердечно-сосудистой системы используются следующие функциональные пробы с переменной положения тела...

- а. Генчи;
  - б. Клиностатическая;
  - в. Ортостатическая;
  - г. Ромберга.
- (Отметить все позиции)

12. Какой из методов физического воспитания предусматривает непрерывное выполнение физического упражнения?

- а. Повторный;
- б. Интервальный;
- в. Равномерный;
- г. Наглядный.

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

- а. Сед;
- б. Стойка;
- в. Упор;
- г. Вис.

14. Какое максимально возможное количество золотых знаков ВФСК ГТО может получить человек, рожденный в 2018 году?

- а. 11;
- б. 13;
- в. 15;
- г. 18.

15. В каких странах пройдет чемпионат мира по футболу в 2026 году?

- а. США;
  - б. Канада;
  - в. Мексика;
  - г. Аргентина.
- (Отметить все позиции)

#### Задания в открытой форме

Завершите утверждение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.

- 16. Количество лет между играми XXII Олимпиады и XXII зимними Олимпийскими играми составило? *Чт.*
- 17. Действие обучающихся, связанное с увеличением интервала и дистанции. *Бег на корт. дистанции.*
- 2 18. Ничья в шахматной партии... *Пат.*
- 19. Основное рабочее движение, обеспечивающее продвижение пловца в воде, называется. *Брас*
- 20. Воспроизведение упражнения, чаще всего точное по форме, но без значительных усилий.

#### Задания на установления соответствия

21. Соотнесите спортсменов с различными отклонениями в состоянии здоровья и Международными спортивными соревнованиями, в которых они имеют право выступать. Ответ буквами запишите в бланк ответа.

Спортсмены с:		Международные соревнования	
1.	поражениями опорно-двигательного аппарата	А.	Специальная олимпиада
2.	поражениями органов слуха	Б.	Паралимпийские игры

3.	дефектами зрения	В.	Сурдлимпийские игры
4.	поражением интеллекта	Г.	Олимпийские игры

1-Б; 2-Г; 3-А; 4-В.

22. Установите соответствие между задачами и частями урока, в которых они должны решаться...

Части урока	Задачи
1. Подготовительная	А. формирование профессионально-прикладных знаний, умений и навыков
	Б. расслабление напряжённых мышц
2. Основная	В. воспитание физических качеств
	Г. психологическая установка
3. Заключительная	Д. ознакомление с задачами следующего урока
	Е. постепенная функциональная подготовка

①-Е, Г; ②-А, В; ③-Б, Д.

Задание процессуального и алгоритмического толка

23. Установите верную последовательность, для составления комплекса ОРУ, ответ впишите цифрами.

- И.1. Упражнения силового характера;  
 1.2. Упражнения для шеи и рук;  
 3.3. Упражнения для ног;  
 2.4. Упражнения для туловища.

Задание, связанное с перечислением.

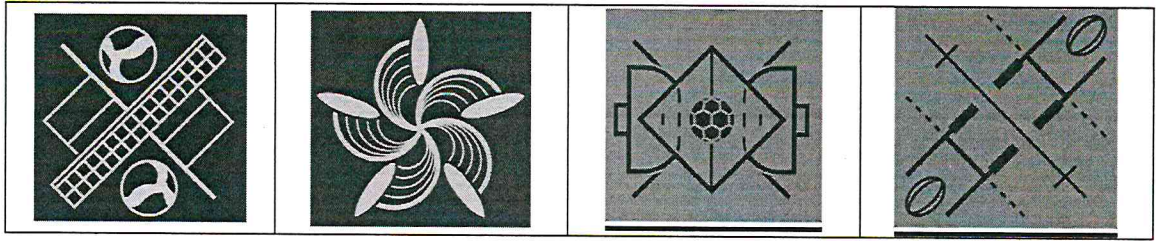
24. Перечислите известные Вам способы лазания по канату. *Без ног, в два, в три.*

Задание с графическим изображением (пиктограммой)

25. Назовите представленные на картинках пиктограммы видов спорта Олимпийских игр 2024 в Париже.

1	2	3	4
баскетбол	лёгк. атлетика	футбол	регби





Задание-задача

26. Рассчитайте среднюю скорость рекорда в беге на 100 м среди мужчин, установленного в 2009 году Усейном Болтом. Запишите решение, ответ округлите до десятых и запишите в км/ч.  $35 \text{ км/ч}$ .

**Вы выполнили задание!  
Поздравляем!**

19,5



ТЕКСТЫ ОЛИМПИАДНЫХ ЗАДАНИЙ ДЛЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО ЭТАПА  
ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ ПО ПРЕДМЕТУ  
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В 2023/24 УЧЕБНОМ ГОДУ.

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

9-11 классы

I. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Инструкция по выполнению теоретико-методического задания

Вам предлагаются задания, основанные на содержании образовательных программ основного общего и среднего общего образования углубленного уровня по предмету «Физическая культура».

Задания объединены в 7 групп:

I. Задания в закрытой форме №№ 1–15 с выбором одного правильного ответа из предложенных вариантов. Задания представлены в форме незавершенных утверждений, которые при завершении могут оказаться либо истинными, либо ложными. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильное завершение из предложенных вариантов. Правильным является то, которое наиболее полно соответствует смыслу утверждения.

Выбранные варианты отмечаются зачеркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в» или «г», например:

1  а  б  в  г

Ряд заданий оцениваются, если отмечены все зачетные варианты. Это условие указано в задании: *«отметьте все позиции»*.

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте незнакомые задания. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.

II. Задания в открытой форме №№ 16–20. При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подбранное определение разборчиво вписывайте в соответствующую графу бланка ответов, не допуская исправления и орфографические ошибки.

7,5 б.

**III. Задание на установления соответствия №№ 21,22.** При выполнении задания №21 необходимо установить соответствие между с различными отклонениями в состоянии здоровья спортсменов и Международными спортивными соревнованиями, в которых они имеют право выступать. В задании №22 необходимо установить соответствие между частями урока и задачами, решаемыми на уроке. Ответы записывайте буквами в бланк ответов.

**IV. Задание № 23 процессуального и алгоритмического толка.**

При выполнении задания необходимо указать верную последовательность при составлении комплекса ОРУ, позиции необходимо занести цифрами в бланк ответов.

**V. Задание, связанное с перечислением. №24.**

**VI. Задание с графическим изображением (пиктограммой) №26.** При выполнении этого задание, необходимо правильно дать название виду спорта изображенному на картинке (пиктограмме) свой ответ записать в бланк ответов.

**VII. Задание - задача №27.**

**При выполнении этого задания разрешается использовать черновик. Записи, выполненные на черновике, не оцениваются.**

*Время выполнения заданий – 45 минут.*

Контролируйте время выполнения задания.

Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов.

За допущенные участником в ответах *орфографические ошибки* ответ считается *неверным*.

Все *исправления и зачеркивания* квалифицируются как *неверный* ответ.

*Желаем успеха!*

## ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

### Задания в закрытой форме

Завершите утверждения, отмечая соответствующие поля бланка ответов.

1. Годичный цикл спортивной тренировки делится на следующие периоды:

- а. Втягивающий, базовый, восстановительный;
- б. Подготовительный, соревновательный, переходный;
- в. Тренировочный, основной, соревновательный;
- г. Осенний, зимний, весенний, летний.

2. Развитие организма человека называется?

- а. Онтогенезом;
- б. Филогенезом;
- в. Социогенезом;
- г. Антропогенезом.

3. Состояние организма, характеризующееся функциональными изменениями, произошедшими под влиянием выполнения упражнений, обозначается как ...

- а. Развитие;
- б. Закалённость;
- в. Тренированность;
- г. Подготовленность.

4. Главной причиной нарушения осанки является...

- а. Слабость мышц;
- б. Привычка к определённым позам;
- в. Отсутствие движений во время школьных уроков;
- г. Ношение сумки, портфеля в одной руке.

5. Основой методики воспитания физических качеств является...

- а. Цикличность воздействий;
- б. Возрастная адекватность нагрузки;
- в. Постепенное повышение силы воздействия;
- г. Систематичность выполнения упражнений.

6. Кто из футболистов СССР становился обладателем Золотого мяча, как лучший футболист мира?

- а. Лев Яшин;
- б. Олег Блохин;
- в. Игорь Беланов;
- г. Константин Бесков.

(Отметить все позиции)

7. На какой дистанции Климент Колесников в 2023 году на кубке России в городе Казань установил мировой рекорд 23,55 сек ?

- 1
- а. 50 м кроль на спине;
  - б. 50 м брасс;
  - в. 50 м баттерфляй;
  - г. 50 м вольный стиль.

8. Какой вид гибкости проявляется при маховых движениях с большой амплитудой?

- 1
- а. Активная статическая;
  - б. Пассивная статическая;
  - в. Активная динамическая;
  - г. Пассивная динамическая.

9. Сколько раз в течение года спортсмен может быть протестирован на наличие допинга?

- 1
- а. Один раз в год;
  - б. Не более одного раза в месяц;
  - в. Каждый раз при выступлении на соревнованиях;
  - г. Неограниченное количество раз.

10. Как снизить объём нагрузки в упражнении с внешним отягощением?

- 
- а. Снизить вес отягощения;
  - б. Уменьшить количество повторений;
  - в. Снизить скорость выполнения упражнений;
  - г. Уменьшить время отдыха между выполнениями упражнений.

11. Для оценивания состояния нервной регуляции сердечно-сосудистой системы используются следующие функциональные пробы с переменной положения тела...

- 1
- а. Генчи;
  - б. Клиностатическая;
  - в. Ортостатическая;
  - г. Ромберга.
- (Отметить все позиции)

12. Какой из методов физического воспитания предусматривает непрерывное выполнение физического упражнения?

- 
- а. Повторный;
  - б. Интервальный;
  - в. Равномерный;
  - г. Наглядный.

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

14

- а. Сед;
- б. Стойка;
- в. Упор;
- г. Вис.

14. Какое максимально возможное количество золотых знаков ВФСК ГТО может получить человек, рожденный в 2018 году?

- а. 11;
- б. 13;
- в. 15;
- г. 18.

15. В каких странах пройдет чемпионат мира по футболу в 2026 году?

- а. США;
  - б. Канада;
  - в. Мексика;
  - г. Аргентина.
- (Отметить все позиции)

#### Задания в открытой форме

Завершите утверждение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.

- 16. Количество лет между играми XXII Олимпиады и XXII зимними Олимпийскими играми составило? 5
- 17. Действие обучающихся, связанное с увеличением интервала и дистанции.
- 18. Ничья в шахматной партии... не может быть
- 19. Основное рабочее движение, обеспечивающее продвижение пловца в воде, называется... шаги
- 20. Воспроизведение упражнения, чаще всего точное по форме, но без значительных усилий.

#### Задания на установления соответствия

21. Соотнесите спортсменов с различными отклонениями в состоянии здоровья и Международными спортивными соревнованиями, в которых они имеют право выступать. Ответ буквами запишите в бланк ответа.

Спортсмены с:		Международные соревнования	
1.	поражениями опорно-двигательного аппарата	А.	Специальная олимпиада
2.	поражениями органов слуха	Б.	Паралимпийские игры

3.	дефектами зрения	В.	Сурдлимпийские игры	1 2 3 4
4.	поражением интеллекта	Г.	Олимпийские игры	1 1 1 1 5 2 3 4

А 2

22. Установите соответствие между задачами и частями урока, в которых они должны решаться...

Части урока	Задачи
1. Подготовительная	А. формирование профессионально-прикладных знаний, умений и навыков
	Б. расслабление напряжённых мышц
2. Основная	В. воспитание физических качеств
	Г. психологическая установка
3. Заключительная	Д. ознакомление с задачами следующего урока
	Е. постепенная функциональная подготовка

Задание процессуального и алгоритмического толка

23. Установите верную последовательность, для составления комплекса ОРУ, ответ впишите цифрами.

1. Упражнения силового характера;
2. Упражнения для шеи и рук;
3. Упражнения для ног;
4. Упражнения для туловища.

3 4 2 1

Задание, связанное с перечислением.

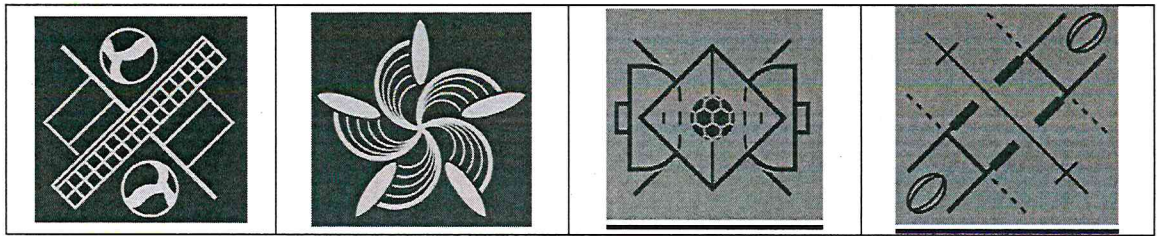
24. Перечислите известные Вам способы лазания по канату. Чёрвичком, без ног

Задание с графическим изображением (пиктограммой)

25. Назовите представленные на картинках пиктограммы видов спорта Олимпийских игр 2024 в Париже.

1	2	3	4
---	---	---	---





Задание- задача

26. Рассчитайте среднюю скорость рекорда в беге на 100 м среди мужчин, установленного в 2009 году Усейном Болтом. Запишите решение, ответ округлите до десятых и запишите в км/ч. 23

Вы выполнили задание!  
Поздравляем!

7,5



ТЕКСТЫ ОЛИМПИАДНЫХ ЗАДАНИЙ ДЛЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО ЭТАПА  
ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ ПО ПРЕДМЕТУ  
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В 2023/24 УЧЕБНОМ ГОДУ.

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

9-11 классы

I. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Инструкция по выполнению теоретико-методического задания

Вам предлагаются задания, основанные на содержании образовательных программ основного общего и среднего общего образования углубленного уровня по предмету «Физическая культура».

Задания объединены в 7 групп:

I. Задания в закрытой форме №№ 1–15 с выбором одного правильного ответа из предложенных вариантов. Задания представлены в форме незавершенных утверждений, которые при завершении могут оказаться либо истинными, либо ложными. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильное завершение из предложенных вариантов. Правильным является то, которое наиболее полно соответствует смыслу утверждения.

Выбранные варианты отмечаются зачеркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в» или «г», например:

1  а  б  в  г

Ряд заданий оцениваются, если отмечены все зачетные варианты. Это условие указано в задании: *«отметьте все позиции»*.

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте незнакомые задания. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.

II. Задания в открытой форме №№ 16–20. При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подбранное определение разборчиво вписывайте в соответствующую графу бланка ответов, не допуская исправления и орфографические ошибки.

**III. Задание на установления соответствия №№ 21,22.** При выполнении задания №21 необходимо установить соответствие между с различными отклонениями в состоянии здоровья спортсменов и Международными спортивными соревнованиями, в которых они имеют право выступать. В задании №22 необходимо установить соответствие между частями урока и задачами, решаемыми на уроке. Ответы записывайте буквами в бланк ответов.

**IV. Задание № 23 процессуального и алгоритмического толка.**

При выполнении задания необходимо указать верную последовательность при составлении комплекса ОРУ, позиции необходимо занести цифрами в бланк ответов.

**V. Задание, связанное с перечислением. №24.**

**VI. Задание с графическим изображением (пиктограммой) №26.** При выполнении этого задание, необходимо правильно дать название виду спорта изображенному на картинке (пиктограмме) свой ответ записать в бланк ответов.

**VII. Задание - задача №27.**

**При выполнении этого задания разрешается использовать черновик. Записи, выполненные на черновике, не оцениваются.**

*Время выполнения заданий – 45 минут.*

Контролируйте время выполнения задания.

Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов.

За допущенные участником в ответах *орфографические ошибки* ответ считается *неверным*.

Все *исправления и зачеркивания* квалифицируются как *неверный* ответ.

*Желаем успеха!*

## ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

### Задания в закрытой форме

Завершите утверждения, отмечая соответствующие поля бланка ответов.

1. *Годичный цикл спортивной тренировки делится на следующие периоды:*
  - а. Втягивающий, базовый, восстановительный;
  - б. Подготовительный, соревновательный, переходный;
  - в. Тренировочный, основной, соревновательный;
  - г. Осенний, зимний, весенний, летний.
  
2. *Развитие организма человека называется?*
  - а. Онтогенезом;
  - б. Филогенезом;
  - в. Социогенезом;
  - г. Антропогенезом.
  
3. *Состояние организма, характеризующееся функциональными изменениями, произошедшими под влиянием выполнения упражнений, обозначается как ...*
  - а. Развитие;
  - б. Закалённость;
  - в. Тренированность;
  - г. Подготовленность.
  
4. *Главной причиной нарушения осанки является...*
  - а. Слабость мышц;
  - б. Привычка к определённым позам;
  - в. Отсутствие движений во время школьных уроков;
  - г. Ношение сумки, портфеля в одной руке.
  
5. *Основой методики воспитания физических качеств является...*
  - а. Цикличность воздействий;
  - б. Возрастная адекватность нагрузки;
  - в. Постепенное повышение силы воздействия;
  - г. Систематичность выполнения упражнений.
  
6. *Кто из футболистов СССР становился обладателем Золотого мяча, как лучший футболист мира?*
  - а. Лев Яшин;
  - б. Олег Блохин;
  - в. Игорь Беланов;
  - г. Константин Бесков.

(Отметить все позиции)

7. На какой дистанции Климент Колесников в 2023 году на кубке России в городе Казань установил мировой рекорд 23,55 сек ?

- а. 50 м кроль на спине;
- б. 50 м брасс;
- в. 50 м баттерфляй;
- г. 50 м вольный стиль.

8. Какой вид гибкости проявляется при маховых движениях с большой амплитудой?

- а. Активная статическая;
- б. Пассивная статическая;
- в. Активная динамическая;
- г. Пассивная динамическая.

9. Сколько раз в течение года спортсмен может быть протестирован на наличие допинга?

- а. Один раз в год;
- б. Не более одного раза в месяц;
- в. Каждый раз при выступлении на соревнованиях;
- г. Неограниченное количество раз.

10. Как снизить объём нагрузки в упражнении с внешним отягощением?

- а. Снизить вес отягощения;
- б. Уменьшить количество повторений;
- в. Снизить скорость выполнения упражнений;
- г. Уменьшить время отдыха между выполнениями упражнений.

11. Для оценивания состояния нервной регуляции сердечно-сосудистой системы используются следующие функциональные пробы с переменной положения тела...

- а. Генчи;
- б. Клиностатическая;
- в. Ортостатическая;
- г. Ромберга.

(Отметить все позиции)

12. Какой из методов физического воспитания предусматривает непрерывное выполнение физического упражнения?

- а. Повторный;
- б. Интервальный;
- в. Равномерный;
- г. Наглядный.

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

- а. Сед;
- б. Стойка;
- в. Упор;
- г. Вис.

14. Какое максимально возможное количество золотых знаков ВФСК ГТО может получить человек, рожденный в 2018 году?

- а. 11;
- б. 13;
- в. 15;
- г. 18.

15. В каких странах пройдет чемпионат мира по футболу в 2026 году?

- а. США;
  - б. Канада;
  - в. Мексика;
  - г. Аргентина.
- (Отметить все позиции)

Задания в открытой форме

Завершите утверждение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.

16. Количество лет между играми XXII Олимпиады и XXII зимними Олимпийскими играми составило? *4 года*

17. Действие обучающихся, связанное с увеличением интервала и дистанции.

18. Ничья в шахматной партии... *ПАТ*

19. Основное рабочее движение, обеспечивающее продвижение пловца в воде, называется...

20. Воспроизведение упражнения, чаще всего точное по форме, но без значительных усилий.

Задания на установления соответствия

21. Соотнесите спортсменов с различными отклонениями в состоянии здоровья и Международными спортивными соревнованиями, в которых они имеют право выступать. Ответ буквами запишите в бланк ответа.

Спортсмены с:		Международные соревнования	
1.	поражениями опорно-двигательного аппарата	А.	Специальная олимпиада
2.	поражениями органов слуха	Б.	Паралимпийские игры

Б	3.	дефектами зрения	В.	Сурдлимпийские игры	1
А	4.	поражением интеллекта	Г.	Олимпийские игры	0

22. Установите соответствие между задачами и частями урока, в которых они должны решаться...

Части урока	Задачи	
1. Подготовительная ЕД	А. формирование профессионально-прикладных знаний, умений и навыков	0
	Б. расслабление напряжённых мышц	
2. Основная АВ	В. воспитание физических качеств	1
	Г. психологическая установка	
3. Заключительная БГ	Д. ознакомление с задачами следующего урока	0
	Е. постепенная функциональная подготовка	

Задание процессуального и алгоритмического толка

23. Установите верную последовательность, для составления комплекса ОРУ, ответ впишите цифрами.

1. Упражнения силового характера;
2. Упражнения для шеи и рук;
3. Упражнения для ног;
4. Упражнения для туловища.

2431

3

Задание, связанное с перечислением.

24. Перечислите известные Вам способы лазания по канату.

с помощью ног и без ног

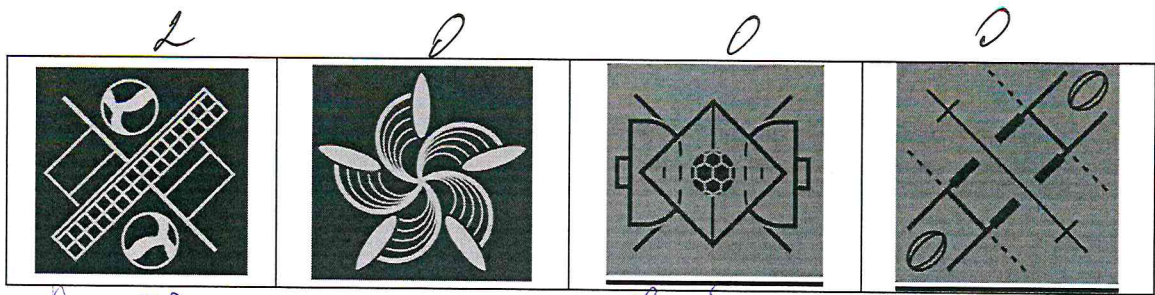
0

Задание с графическим изображением (пиктограммой)

25. Назовите представленные на картинках пиктограммы видов спорта Олимпийских игр 2024 в Париже.

1	2	3	4
---	---	---	---





Волейбол

Ритмическая гимнастика

Футбол

Задание-задача

26. Рассчитайте среднюю скорость рекорда в беге на 100 м среди мужчин, установленного в 2009 году Усейном Болтом. Запишите решение, ответ округлите до десятых и запишите в км/ч.

36,7 км/ч

0

**Вы выполнили задание!  
Поздравляем!**

