

**Всероссийская олимпиада школьников**  
**Школьный этап**  
**2018-2019 г.г.**  
**Юноши и девушки (9-11 классы)**  
**Максимальный балл-49 баллов**

**Инструкция по выполнению задания.**

Вам предлагаются тестовые задания по предмету «Физическая культура».

Задания представлены в закрытой и открытой форме. Задания представлены в форме вопросов. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильный вариант ответа. Правильным является только один вариант.

Ответы даются в бланке с заданиями. К каждому разделу есть пояснение.

Внимательно читайте задания. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте незнакомые задания вместо их выполнения путем догадки. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии можно вернуться к пропущенному заданию.

Контролируйте время выполнения задания.

**Время выполнения задания – 35 минут.**

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

Заполните анкету в бланке: напишите свой класс, который Вы представляете.

**Желаем успеха!**

Класс 11 Б

### Задание 1

**Выберите правильный ответ. Каждый правильный ответ – 1 балл. (Макс 10 баллов)**

1. Страна, принимающая XXIII Зимние Олимпийские игры 2018 года

- а) Китай  в) Республика Корея  б) Монголия  г) Япония

2. Специфика физического воспитания по отношению к другим видам воспитания заключается

- а) создании условий для протекания процессов физического развития человека  б) обучении двигательным действиям и развитии физических качеств  в) повышении физической работоспособности человека  г) укреплении здоровья и профилактике заболеваний

3. Что такое адаптация?

- а) процесс приспособления организма к меняющимся условиям внешней среды  б) чередование нагрузки и отдыха во время тренировочного процесса  в) процесс восстановления  г) повышение эффективности функционирования систем соревнований и тренировок

4. Саморегуляция психического состояния, направленная на расслабление всех мышц, снятие нервного напряжения, успокоение и нормализация функций организма с помощью самовнушения называется

- а) релаксация  в) идеомоторная подготовка  б) психическая подготовка  г) аутогенная тренировка

5. Размах движения отдельных частей тела по отношению друг к другу или всего тела по отношению к снаряду называется

- а) амплитуда  в) фаза  б) угол  г) маховые движения

6. С какого минимального возраста предусмотрена сдача норм ГТО?

- а) с 5 лет  б) с 6 лет  в) с 8 лет  г) с 12 лет

7. В гандболе игра начинается со свистка судьи, после которого

- а) бросок мяча в центральном круге  б) бросок мяча в сторону противника  в) вбрасывание мяча вратарем  г) бросок мяча в любом направлении

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

- а) президент клуба  в) капитан команды  б) тренер команды  г) любой игрок команды

9. Правила баскетбола при ничейном счете в основное время предусматривают дополнительный период продолжительностью

- а) 3 мин  в) 7 мин  б) 5 мин  г) 10 мин

10. Определите иерархию факторов, составляющих основу здоровья человека, начиная с самого важного:

- а) 1234  б) 2413  в) 4321  г) 3142
1. деятельность учреждений здравоохранения
  2. наследственность
  3. состояние окружающей среды
  4. условия и образ жизни

### Задание 2

**Исключите лишнее.** Каждый правильный ответ – 1 балл. (Мах 2 балла)

11. Города России, в которых будут проходить матчи чемпионата Мира по футболу 2018 года:

- а) Нижний Новгород       б) Саранск  
 в) Ярославль       г) Казань

12. Блокирование нападающего удара в волейболе может выполняться

- а) одним игроком первой линии б) двумя игроками первой линии  
 в) тремя игроками первой линии  
г) любым игроком, находящимся ближе к мячу

### Задание 3

**Напишите правильный ответ.** Каждый правильный ответ – 2 балла. (Мах 10 баллов)

2 13. Временное снижение работоспособности принято называть

усталость

2 14. Положение, занимающегося на снаряде, когда его плечи находятся выше точки опоры называется

упор

15. Преимущество в условиях состязания, предоставляемое более слабому сопернику с целью выравнивания шансов на успех называется

а) уступка

16. Купание в проруби зимой, как эффективное средство оздоровления, называется

1 закалка

17. Основным идентификационным признаком участника соревнования является

а) присутствие

### Задание 4

18-20. Что или кто является лишним в ряду? **Объясните свой выбор.** (За каждый правильный ответ 1 балл, за объяснение выбора 2 балла, Мах 9 баллов).

18.



Рисунок 1



Рисунок 2

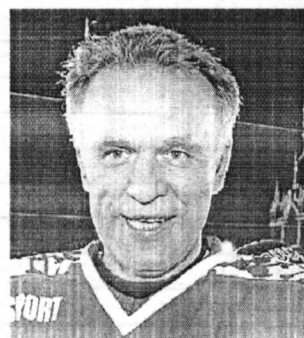


Рисунок 3



Рисунок 4

2 Хоккеисты, а на рисунке 2 фигурное катание

19.



Рисунок 1



Рисунок 2



Рисунок 3



Рисунок 4

а) Рисунок 2

20.

2 Афины, Дели, Лондон, Пекин Дели.

## Задание 5

Установить соответствие.

21. Установите соответствие между видами спорта и местом их проведения. Заполните таблицу. Каждый правильный ответ оценивается 0,5 балла. (Мах 5 баллов).

Вид спорта	Место проведения
1. Стрельба стендовая	А. Стадион
2. Тяжелая атлетика	Б. Ковер
3. Футбол	В. Помост
4. Большой теннис	Г. Трек
5. Легкая атлетика	Д. Ринг
6. Вольная борьба	Е. Трасса
7. Баскетбол	Ж. Корт
8. Лыжные гонки	З. Поле
9. Велоспорт	И. Тир
10. Бокс	К. Площадка

	+	+	+	+	+	+	+	+	+
1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.
И	В	З	Ж	А	Б	К	В	Г	Д

22. Установите соответствие между фамилией олимпийского чемпиона Рио-де-Жанейро 2016 года и видом спорта, в котором была завоевана золотая медаль. Заполните таблицу. Каждый правильный ответ оценивается 0,5 балла. (Мах 4 балла).

Олимпийский чемпион	Вид спорта
1. Яна Егорян	А. Художественная гимнастика
2. Алия Мустафина	Б. Синхронное плавание
3. Давит Чакветадзе	В. Большой теннис
4. Екатерина Макарова	Г. Спортивная гимнастика
5. Маргарита Мамун	Д. Греко-римская борьба
6. Евгений Тищенко	Е. Дзюдо
7. Наталья Ищенко	Ж. Бокс
8. Беслан Мудранов	З. Фехтование

		+					
1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.
Г	А	Д	Е	Ж	В	З	Б

23. Установите соответствие между физическими качествами и контрольными упражнениями (тестами), используемыми для их оценки. Заполните таблицу. Каждый правильный ответ оценивается 0,5 балла. (Мах 2 балла).

Физические качества	Контрольные упражнения
1. Быстрота	А. 6-минутный бег
2. Координация	Б. Наклоны вперед из положения сидя
3. Выносливость	В. Бег 30 м
4. Гибкость	Г. «Челночный бег» 4 x 9 м

	+	+	+	+
1.	2.	3.	4.	
В	Г	А	Б	

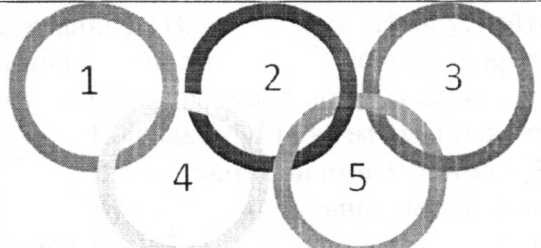
24. Установите соответствие между игровым видом спорта и количеством таймов в нем и их продолжительностью. Заполните таблицу. Каждый правильный ответ оценивается 0,5 балла. (Макс 2 балла).

Вид спорта	Количество таймов, продолжительность
1. Гандбол	А. 2 x 45 мин
2. Футбол	Б. 3 x 20 мин
3. Баскетбол	В. 2 x 30 мин
4. Хоккей	Г. 4 x 10 мин

1.	2.	3.	4.
В	А	Г	Б

20

25. Выполните задание. Заполните таблицу. Каждый правильный ответ оценивается 0,5 балла. (Макс 5 баллов).



1. Определите цвет каждого пронумерованного олимпийского кольца
2. Установите соответствие между цветом кольца и названием континента.

Кольцо	Цвет	Континент
1. Синий		Европа
2. Черный		Африка
3.	Красный	Америка
4.	Желтый	Азия
5.	Зеленый	Австралия

5

Максимальное количество баллов за 5 заданий \_\_\_\_\_

Подписи жюри: \_\_\_\_\_