**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. (Max 10 баллов)**

1б 1. Страна, принимающая XXIII Зимние Олимпийские игры 2018 года
а) Китай в) Республика Корея б) Монголия г) Япония

1б 2. Специфика физического воспитания по отношению к другим видам воспитания заключается
в 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

1б 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

0 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

1б 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

0 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

1б 7. В гандболе игра начинается со свистка судьи, после которого следует а) вбрасывание мяча в центральном круге б) бросок мяча в сторону противника в) вбрасывание мяча вратарем г) бросок мяча в любом направлении

1б 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

0 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

0 10. Определите иерархию факторов, составляющих основу здоровья человека, начиная с самого важного:
1. деятельность учреждений здравоохранения
2. наследственность
3. состояние окружающей среды
4. условия и образ жизни

а) 1234 б) 2413 в) 4321 г) 3142

**Задание 2**

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

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

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

12. Блокирование нападающего удара в волейболе может выполняться
а) одним игроком первой линии б) двумя игроками первой линии
0 в) тремя игроками первой линии
г) любым игроком, находящимся ближе к мячу

**Задание 3**

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

0 13. Временное снижение работоспособности принято называть
диатаудой

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

15. Преимущество в условиях состязания, предоставляемое более слабому сопернику с целью выравнивания шансов на успех называется
2б форма

16. Купание в проруби зимой, как эффективное средство оздоровления, называется
1б закаливание

17. Основным идентификационным признаком участника соревнования является
2б номер

**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, Max 9 баллов).**

**18.**

2б

Рисунок 1

Рисунок 2

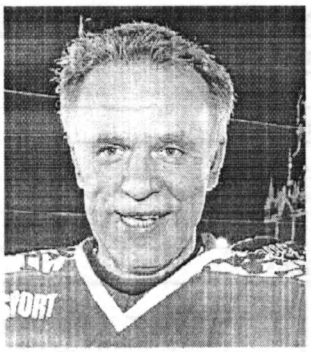


Рисунок 3

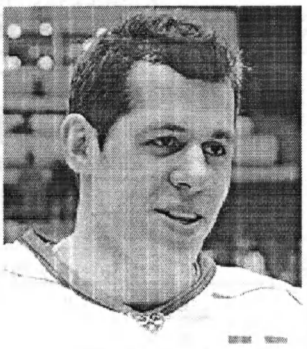


Рисунок 4

Рис. 2 - Плющенко. он фигурист остальные хоккеисты

**19.**

0

Рисунок 1

Рисунок 2

Рисунок 3

Рисунок 4

лишнее 4, потому что остальные спортсменки

0

**20.**

Афины, Дели, Лондон, Пекин Слондон потому что в остальных проводились олимпийские игры

**Задание 5**

**Установить соответствие**.

21. **Установите соответствие** между видами спорта и местом их проведения. Заполните таблицу. Каждый правильный ответ оценивается **0,5 балла**. (**Max 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 |

4б

| 1. | 2. | 3. | 4. | 5. | 6. | 7. | 8. | 9. | 10. |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| + | − | + | + | + | − | + | + | + | + |
| И | Б | З | Ж | А | В | К | Е | 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**. (**Max 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 |

2б

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

23. **Установите соответствие** между физическими качествами и контрольными упражнениями (тестами), используемыми для их оценки. Заполните таблицу. Каждый правильный ответ оценивается **0,5 балла**. (**Max 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 х 9 м |

2б

| 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**. (**Max 2 балла**).

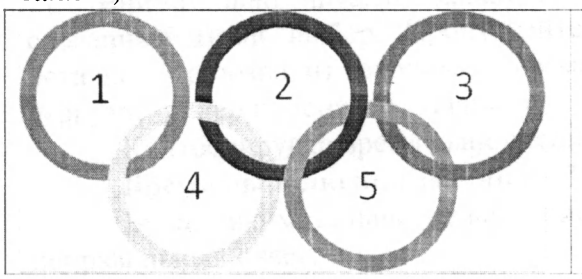
| Вид спорта | Количество таймов, продолжительность |
|---|---|
| 1. Гандбол | А. 2 х 45 мин |
| 2. Футбол | Б. 3 х 20 мин |
| 3. Баскетбол | В. 2 х 30 мин |
| 4. Хоккей | Г. 4 х 10 мин |

+ + + +

| 1. | 2. | 3. | 4. |
|---|---|---|---|
| В | А | Б | Б |

2б

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




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

| Кольцо | Цвет | Континент |
|---|---|---|
| 1. | синий | Америка Океания |
| 2. | черный | Европа Африка |
| 3. | красный | Азия Америка |
| 4. | желтый | Африка |
| 5. | зеленый | Океания Австралия |

+ − + + −

3б

**Максимальное количество баллов за 5 заданий**_____

Подписи жюри: _____