

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ

по предмету «Физическая культура»

Региональный этап 2024-25 уч. года

Инструкция по выполнению задания

Вам предлагаются задания, основанные на содержании образовательных программ основного общего и среднего общего образования по предмету «Физическая культура». Задания объединены в 6 групп:

1. Задания в закрытой форме №№ 1-7, то есть с предложенными вариантами ответов. Задания № 1-6 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. Ряд заданий оценивается, если отмечены все зачетные варианты. Это условие указано в задании («Отметьте все позиции»). Выбранные варианты отмечаются зачеркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в» или «г», например,

1 а б в г или 2 а б в г

При выполнении задания № 7 ответ цифрами необходимо записать в бланк ответов.

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.

2. Задания в открытой форме №№ 8-14, то есть без предложенных вариантов ответов. При выполнении этих заданий необходимо самостоятельно подобрать определения (слова), которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подобранные определения записывайте в соответствующую графу бланка ответов.

3. Задания-иллюстрации в открытой форме №№ 15-17. При выполнении этих заданий необходимо определить название двигательного действия, вида спорта, представленных на рисунках.

4. Задания на установление соответствия № 18-19. При выполнении этого задания необходимо установить соответствие между позициями двух представленных списков.

5. Задания на описание физических упражнений №№ 20-21. При выполнении этих заданий необходимо дать описание физических упражнений, представленных на рисунках.

6. Задания-задачи №№ 22-23. Решение и полный ответ разборчиво записывайте в бланк ответов.

При выполнении заданий используйте черновик. Записи, выполненные на черновике, не оцениваются.

Контролируйте время выполнения задания. Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов. Записи должны быть разборчивыми.

Время выполнения заданий – 45 минут.

***Слова, написанные с ошибками, оцениваются как неверный ответ.
Исправления и зачеркивания оцениваются как неверный ответ.***

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Задания в закрытой форме

1. Соотношение между объемом и интенсивностью физических упражнений характеризуется ...

- а. обратно пропорциональной зависимостью;
- б. прямо пропорциональной зависимостью;
- в. показателями темпа и скорости движения;
- г. увеличением ответных реакций организма.

2. Структура процесса обучения двигательным действиям обусловлена

- а. биомеханическими характеристиками двигательного действия;
- б. закономерностями формирования двигательных навыков;
- в. индивидуальными особенностями обучаемого;
- г. соотношением методов обучения и воспитания.

3. Основным критерием эффективности многолетней спортивной подготовки является...

- а. здоровье спортсмена;
- б. максимальный фонд двигательных умений и навыков;
- в. наивысший спортивный результат;
- г. наивысший уровень развития физических качеств.

4. Количество воздуха, которое спортсмен способен выдохнуть после максимально глубокого вдоха называется...

- а. индекс Генчи;
- б. индекс Руфье;
- в. жизненная ёмкость легких;
- г. становая сила.

5. К какой зоне относительной мощности по физиологическим характеристикам относится бег на 800 м ...

- а. большой;
- б. максимальной;
- в. субмаксимальной;
- г. умеренной.

**6. Назовите главные принципы кодекса спортивной чести «Фэйр Плэй» ...
Отметьте все позиции.**

- а. на спортивной площадке сохранять честь и благородство;
- б. не стремиться к победе любой ценой;
- в. сочетание физического совершенства с высокой нравственностью;
- г. сохранять чувство собственного достоинства при любых обстоятельствах.

7. Укажите объективные показатели, которые можно использовать для самоконтроля в процессе занятий спортом. Отметьте все позиции. Ответ цифрами запишите в бланк ответов.

- | | |
|-----------------------------|----------------------------------|
| 1. аппетит | 6. масса тела |
| 2. артериальное давление | 7. качество сна |
| 3. длина тела | 8. настроение |
| 4. желание тренироваться | 9. частота дыхания |
| 5. жизненная ёмкость легких | 10. частота сердечных сокращений |

Задания в открытой форме

8. Вставьте пропущенные слова в высказывание древних греков о некультурном человеке. «Не умеет ни (1), ни(2)!». Ответ словами запишите в бланк ответов.

9. Отклонение от модели техники при выполнении упражнения, которое оказывает ощутимое негативное влияние на результат действия называется ...

10. Способность спортсмена поддерживать заданную скорость или темп движений длительное время обозначается как

11. Действия занимающихся после команды учителя для принятия того или иного строя обозначается как ...

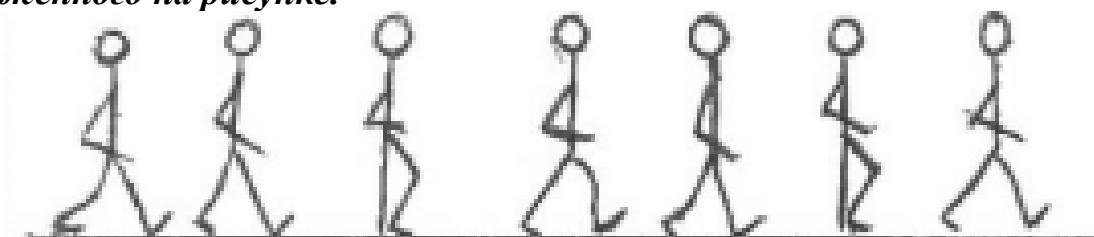
12. Игрок или команда, занимающие в чемпионате последнее место, называется...

13. В шахматах грубая ошибка игрока, которая ведет к мату, материальной потере или ухудшению позиции называется

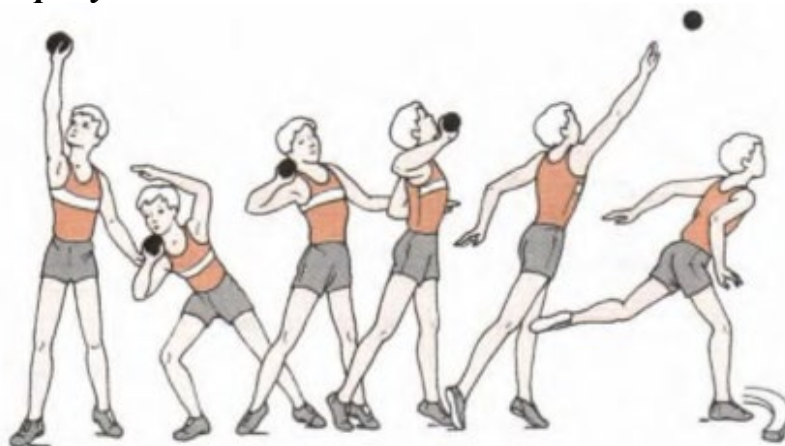
14. Передвижение колонны начинается по исполнительной команде...

Задания-иллюстрации в открытой форме

15. В бланке ответов запишите название двигательного действия, изображенного на рисунке.



16. В бланке ответов запишите название двигательного действия, изображенного на рисунке.



17. Укажите вид спорта, изображенный на античном барельефе.



Задания на установление соответствия

18. Установите соответствие между характеристикой движений и их определением. Ответ буквами запишите в бланк ответов.






1	Ритм движений	А	индивидуальные особенности техники физических упражнений
2	Сила движения	Б	закономерная, относительно стабильная взаимосвязь всех составляющих двигательного акта как единого целого
3	Стиль	В	количество движений в единицу времени или частота повторения циклов движений
4	Структура движений	Г	комплексная характеристика движений, выражающая соразмерность их элементов по усилиям, во времени и пространстве
5	Темп движений	Д	мера физического воздействия движущейся части тела на какие-либо внешние материальные объекты

19. Установите соответствие между названием систем спортивно-оздоровительных упражнений и их описанием. Ответ буквами запишите в бланк ответов.

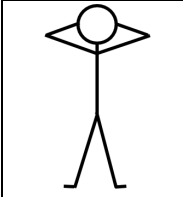
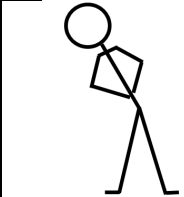
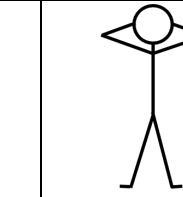
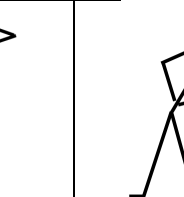
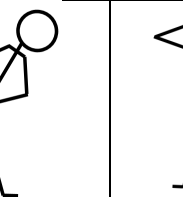
Название системы		Описание системы	
1	аквааэробика	А	программа из 30 упражнений для женщин, выполняемых в основном в изометрическом режиме к вызывающих активность глубоко расположенных мышечных групп
2	аэробика	Б	разновидность гимнастики оздоровительной направленности, основным содержанием которой являются общеразвивающие упражнения, бег, прыжки и танцевальные элементы, исполняемые под ритмическую музыку преимущественно без пауз и остановок для объяснения упражнений
3	калланетика	В	система физических упражнений в воде, выполняемых под музыку, сочетающая элементы плавания, гимнастики, стретчинга, силовые упражнения
4	ритмическая гимнастика	Г	система упражнений в циклических видах спорта, связанных с проявлением выносливости (ходьба, бег, плавание и т.п.), направленная на повышение функциональных возможностей сердечно-сосудистой и дыхательной систем
5	шейпинг	Д	система физических упражнений (преимущественно силовых) для женщин, направленная на коррекцию фигуры и улучшение функционального состояния организма

Задания на описание физических упражнений

20. Дайте описание физического упражнения, представленном на рисунке, по правилам гимнастической терминологии. Ответ запишите в бланк ответов.



				
<i>И. п.</i>	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>

21. Дайте описание физического упражнения, представленном на рисунке, по правилам гимнастической терминологии. Ответ запишите в бланк ответов.

				
<i>И.п.</i>	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>

Задания-задачи

22. На рисунке представлены две мишени - спортсмена № 1 и спортсмена № 2, в каждой из которых имеется по 5 пулевых пробоин. Определите результат каждого спортсмена и победителя в соревнованиях по стрельбе. Расчеты и полный ответ (с указанием результата) запишите в бланк ответов.

	
Спортсмен №1	Спортсмен №2

23. Распределите правильно по местам команды в итоговой таблице первенства города по баскетболу.

Условия определения победителей: при равенстве очков у трех и более команд победитель определяется по лучшей разнице забитых и пропущенных мячей во всех играх; далее - по наибольшему количеству забитых мячей; далее – по личной встрече. **Обоснуйте свое решение!**

№ п/п	Команды	1	2	3	4	Очки	Разность мячей
1	«Искра»	$\frac{X}{X}$	$\frac{49:47}{2}$	$\frac{54:58}{1}$	$\frac{77:75}{2}$	5	180:180
2	«Мечта»	$\frac{47:49}{1}$	$\frac{X}{X}$	$\frac{42:38}{2}$	$\frac{50:46}{2}$	5	139:133
3	«Звезда»	$\frac{58:54}{2}$	$\frac{38:42}{1}$	$\frac{X}{X}$	$\frac{43:37}{2}$	5	139:133
4	«Метеорит»	$\frac{75:77}{1}$	$\frac{46:50}{1}$	$\frac{37:43}{1}$	$\frac{X}{X}$	3	158:170

Вы выполнили задание.

Поздравляем!

**ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

Региональный этап 2024-25 учебного года

9-11 классы

КЛЮЧИ И КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ

Ответы с зачеркиваниями и исправлениями оцениваются как неверный ответ.

<i>№ задания</i>	<i>Правильный ответ</i>	<i>Критерии оценивания</i>
1.	а	Правильный ответ оценивается в 1,0 балл , неправильный или отсутствие ответа – 0 баллов .
2.	б	
3.	в	
4.	в	
5.	в	
6.	а б	
7.	2 3 5 6 9 10	Полный правильный ответ оценивается в 1,0 балл . Если ответ <i>неполный</i> или в ответе указана <i>хотя бы одна неверная позиция</i> , ответ считается неверным и оценивается в 0 баллов. Последовательность позиций при оценке ответа не учитывается.
Максимальная оценка в заданиях №№ 1-7 – 7,0 баллов.		
8.	1. читать 2. плавать	Полный правильный ответ оценивается в 3,0 балла . Если ответ <i>неполный</i> или в нём указана <i>хотя бы одна неверная позиция</i> , неверная последовательность слов, то ответ считается неверным и оценивается в 0 баллов.
9.	ошибка	Правильный ответ оценивается в 2,0 балла , неправильный, неполный или отсутствие ответа – 0 баллов. Слова, написанные с ошибками, оцениваются как неверный ответ. Максимальная оценка за ответ – 2,0 балла.
10.	скоростная выносливость	
11.	построение	
12.	аутсайдер	
13.	зевок	
14.	марш	
Максимальная оценка в заданиях № 8-14 – 15,0 баллов.		
15.	ходьба	Правильный ответ оценивается в 2,0 балла , неправильный, неполный или отсутствие ответа – 0 баллов. Слова, написанные с ошибками, оцениваются как неверный ответ. Максимальная оценка за ответ – 2,0 балла.
16.	толкание ядра	
17.	борьба	
Максимальная оценка в заданиях № 15-17 – 6,0 баллов.		
18.	1-Г 2-Д 3-А 4-Б 5-В	Оценивается каждая указанная позиция. Каждое верное указание оценивается в 1,0 балл . Отсутствие или неверное указание оценивается в 0 баллов. Максимальная оценка за ответ – 5,0 баллов.

9-11 классы

КЛЮЧИ И КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ (продолжение)

№ задания	Правильный ответ	Критерии оценивания
19.	1-В 2-Г 3-А 4-Б 5-Д	Оценивается каждая указанная позиция. Каждое верное указание оценивается в 1,0 балл . Отсутствие или неверное указание оценивается в 0 баллов . Максимальная оценка за ответ – 5,0 баллов .
Максимальная оценка в заданиях №№ 18-19 – 10,0 баллов.		
20.	И. п.- упор присев 1 - упор лежа 2 – упор лёжа на согнутых 3 - упор лёжа 4 – и. п.	Полный правильный ответ оценивается в 5,0 баллов . Если ответ <i>неполный</i> или в нём указана <i>хотя бы одна неверная позиция</i> , неверная последовательность слов, то ответ считается неверным и оценивается в 0 баллов . Максимальная оценка за ответ – 5,0 баллов .
21.	И.п.-стойка ноги врозь, руки за голову 1 – наклон вправо, руки на пояс 2 – и.п. 3 – наклон влево, руки на пояс 4 – и.п.	Полный правильный ответ оценивается в 5,0 баллов . Если ответ <i>неполный</i> или в нём указана <i>хотя бы одна неверная позиция</i> , неверная последовательность слов, то ответ считается неверным и оценивается в 0 баллов . Максимальная оценка за ответ – 5,0 баллов .
Максимальная оценка в заданиях №№ 20-21 – 10,0 баллов.		
22.	<u>Решение:</u> Спортсмен №1. $9 \times 3 = 27$ $8 \times 1 = 8$ $7 \times 1 = 7$ $27 + 8 + 7 = 42$ Результат спортсмена № 1- 42 очка. Спортсмен №2. $10 \times 4 = 40$ $9 \times 1 = 9$ $40 + 9 = 49$. Результат спортсмена № 2 – 49 очков. <u>Ответ.</u> В соревнованиях с результатом 49 очков победу одержал спортсмен №2.	Полный верный ответ с описанием хода решения и верным подсчетом оценивается в 8,0 баллов . Неверный ответ, отсутствие решения (пояснения), ответ с неверным подсчетом оценивается в 0 баллов. Максимальная оценка за ответ – 8,0 баллов
23.	<u>Обоснование:</u> У трех команд: «Искра», «Мечта» и «Звезда» одинаковое количество набранных очков во всех играх – по 5 очков, из них необходимо определить победителя и призеров. Команда «Метеорит» набрала 3 очка и занимает 4 место. Разница забитых и пропущенных мячей у трех команд: у команды «Искра» – 0, у команд «Мечта» и «Звезда» – по плюс 6. Таким образом, на первое место претендуют две команды: «Мечта» и «Звезда». Команда «Искра» соответственно занимает 3 место. Количество забитых мячей у команд «Мечта» и «Звезда» одинаковое. Далее вступает в силу условие определения победителя по личной встрече. Победу в личной встрече одержала команда «Мечта», она и занимает 1 место, команда «Звезда», соответственно, занимает 2 место. <u>Ответ.</u> 1 место – «Мечта», 2 место – «Звезда», 3 место – «Искра», 4 место – «Метеорит».	За правильный полный и аргументированный ответ (распределение всех мест с полным обоснованием в соответствии с условиями задачи) – 8,0 баллов . За правильный ответ с неполной аргументацией или без аргументации – 2,0 балла. За неверный ответ – 0 баллов. Максимальная оценка за ответ – 8,0 баллов .
Максимальная оценка в заданиях №№ 22 - 23 – 16,0 баллов.		

Итоговая оценка представляется суммой баллов оценки выполненных заданий

Задания в закрытой форме №№ 1-7	7,0 баллов
Задания в открытой форме №№ 8 -14	15,0 баллов
Задания-иллюстрации в открытой форме №№ 15-17	6,0 баллов
Задания на установление соответствия №№ 18-19	10,0 баллов
Задания на описание физических упражнений №№ 20-21	10,0 баллов
Задания-задачи № 22-23	16,0 баллов

Максимальный балл за теоретико-методическое задание - 64,0 балла («первичный» балл).

Далее «первичный» балл переводится в «зачетный», который учитывается при подведении итогов.

«Зачетный» балл по теоретико-методическому заданию рассчитывается по формуле:

$$X_i = \frac{K * N_i}{M}$$

где X_i – «зачетный» балл i -го участника;

K – максимально возможный «зачетный» балл в конкретном задании (по регламенту);

N_i – результат i -го участника в конкретном задании;

M – максимально возможный или лучший результат в конкретном задании.

Максимально возможный «зачетный» балл в теоретико-методическом задании может получить участник, решивший верно ВСЕ задания, и набравший 64,0 балла.