

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ  
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА 2020–2021 уч. г.  
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП

Киленова Юлия

11 "А"

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР

9–11 классы

1. В каком городе находится Международная олимпийская академия?  
 а) Лозанна;  
 б) Париж;  
 в) Афины;  
 г) Олимпия. 0
2. К какой разновидности физической культуры относится физкульт-минутка?  
 а) гигиенической;  
 б) производственной; 1  
 в) базово-продолжительной;  
 г) лечебной.
3. Кто был первым президентом российского олимпийского комитета?  
 а) А.Д. Бутовский;  
 б) Г.И. Рибопьер;  
 в) Н.А. Панин-Коломенкин;  
 г) В.И. Срезневский. 1
4. Какие упражнения целесообразно использовать для снижения избыточной массы тела?  
 а) сложно-координационные;  
 б) статические;  
 в) скоростно-силовые; 1  
 г) циклические.
5. Какому физическому качеству нужно уделять наибольшее внимание для повышения общего уровня здоровья?  
 а) выносливости;  
 б) быстроте;  
 в) ловкости; 1  
 г) гибкости.
6. Какие упражнения используются для увеличения гибкости?  
 а) с внешним отягощением;  
 б) махи с максимальной амплитудой;  
 в) движения с максимальной частотой; 0  
 г) всё перечисленное.

7. В каком виде спорта ограничено время владения мячом?

- а) в футболе;
- б) в волейболе;
- в) в баскетболе;
- г) всё перечисленное.

1

8. Какие выделяют виды выносливости?

- а) основную и дополнительную;
- б) общую и специальную;
- в) главную и побочную;
- г) специфическую и неспецифическую.

1

9. Какие упражнения применяют для формирования правильной осанки?

- а) строевые упражнения;
- б) упражнения для мышц брюшного пресса и спины;
- в) упражнения, моделирующие фрагменты основной позы прямостояния;
- г) всё перечисленное.

1

10. Что является специфическим содержанием спорта?

- а) выступление на соревнованиях;
- б) занятия в фитнес-клубе;
- в) выполнение физических упражнений;
- г) повышение уровня физического развития.

0

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

- а) повторный;
- б) равномерный;
- в) интервальный;
- г) круговой.

0

12. Как называется изгиб позвоночника вперёд в поясничном отделе?

- а) лордоз;
- б) кифоз;
- в) хондроз;
- г) остеопороз.

1

13. Что относится к естественным факторам внешней среды, как к средствам физического воспитания?

- а) солнечная радиация и воздушная среда;
- б) воздушная и водная среда;
- в) водная среда и солнечная радиация;
- г) солнечная радиация, воздушная и водная среда.

1

14. Кто в настоящее время является президентом олимпийского комитета РФ?

- а) П.А. Колобков;
- б) О.В. Матыцин;
- в) С.А. Поздняков;
- г) А.Д. Жуков.

1

15. В каком виде спорта на площадке может максимально находиться 7 игроков одной команды?

- а) в баскетболе;
- б) в волейболе;
- в) в футболе;
- г) в гандболе.

1

16. Назовите место окончания дистанции в циклических видах спорта, которое специально оборудовано приборами для автоматической фиксации результатов.

финиш

1

17. Назовите оговорённое заранее положение рук, ног, туловища перед началом выполнения упражнения. В ответ запишите одно или несколько слов через пробел, без запятых и других разделителей. Слова с орфографическими и другими ошибками не засчитываются.

исходное положение

18. Назовите сооружение для занятий водными видами спорта.

бассейн

1

19. Назовите вид спорта, в котором четырёхкратный олимпийский чемпион, президент Всероссийской спортивной федерации Владимир Сальникова первым преодолел рубеж 15 минут на полторакилометровой дистанции.

швесски

1

20. Как называется спортивная обувь для игры в футбол со сменными шипами на подошве и укрепленным широким носком для удара по мячу.

буты

1

**21. Установите соответствие между городом и годом проведения игр Олимпиады.**

1908	Москва
1952	Лос-Анджелес
1980	Париж
1984	Лондон
2024	Хельсинки

**22. Установите соответствие между определением и термином.**

Закономерный процесс становления, формирования и последующего изменения на протяжении индивидуальной жизни естественных морфофункциональных свойств организма и основанных на них физических качеств и способностей	Физическое воспитание
Система освоения человеком рациональных способов управления своими движениями, преобразования таким путем необходимых в жизни двигательных умений, навыков и связанных с ними знаний	Физическая подготовка
Педагогический процесс, направленный на воспитание физических качеств и способностей, формирование двигательных умений и навыков и овладение физкультурно-спортивными знаниями, необходимыми в жизни	Физическое развитие
Конкретная направленность, процесс воспитания физических качеств и способностей с учётом их прикладной направленности на трудовую или любую другую деятельность, требующую конкретной физической подготовки	Физическое образование

23. Установите соответствие между летними видами спорта и принадлежностью их к олимпийской и неолимпийской программе.

летние олимпийские виды спорта	киберспорт
	триатлон
	сёрфинг
	спортивные танцы
летние неолимпийские виды спорта	софтбол
	городки
	хоккей на траве

1

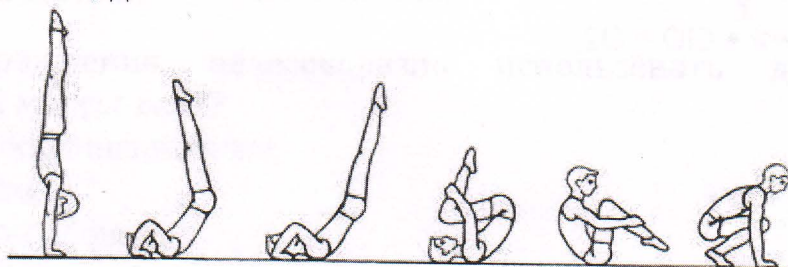
24. Установите последовательность действий в подготовительной части урока.

1	общая разминка
2	специальная разминка
3	вводный ритуал
4	установочные действия

1

25. Дайте правильную формулировку гимнастическому упражнению.

Используя предложенный перечень слов, выберите нужные и расположите в верной последовательности при описании гимнастического упражнения. Будьте внимательны, даны лишние слова.



1	в сед
2	в упор лёжа
3	в упор присев
4	вперёд
5	из
6	кувырок
7	на руках
8	назад
9	перекат
10	присед
11	прогнувшись
12	согнувшись
13	стойки

1