



Школьный этап

КОД участника 906

Ф.И.О. Китиев Алан Язирович

Класс 9, А"

Предмет Физкультура

Баллы 250

2021-2022уч.год

25-5

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ**  
**ШКОЛЬНОГО ЭТАПА ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ 2021-**  
**2022 УЧ.Г. ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**  
**9-11 КЛАССЫ**

Задания в закрытой форме, т. е. с предложенными вариантами ответов (а, б, в, г) оцениваются в 1 балл, неправильно выполненное задание – 0 баллов.

Задания в открытой форме, т.е. без предложенных вариантов ответов: правильное утверждение оценивается в 2 балла, неправильное – 0 баллов.

Задания на установление соответствия между понятиями: каждое верное утверждение этой группы оценивается в 1 балл, неправильное – 0 баллов.

Задания на установление правильной последовательности. Полноценно выполненное задание этой группы оценивается в 5 баллов, неправильное – 0 баллов.

Время выполнения теоретико-методических заданий 45 минут.

**Задания в закрытой форме**

1. В каком городе находится Международная олимпийская академия?  
а) Лозанна;  
б) Париж;  
в) Афины;  
г) Олимпия.
2. На каких соревнованиях в честь победителя играет не гимн страны, а Гаудеамус – гимн студентов?  
а) Всемирные юношеские игры;  
б) Всемирная Универсиада;  
в) Всемирные игры;  
г) Всемирная спартакиада.
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.
4. Какие упражнения целесообразно использовать для снижения избыточной массы тела?  
а) сложно-координационные;  
б) статические;  
в) скоростно-силовые;  
г) циклические.
5. Какому физическому качеству нужно уделять наибольшее внимание для повышения общего уровня здоровья?  
а) выносливости;  
б) скорости;  
в) ловкости;  
г) гибкости.
6. Какие упражнения используются для увеличения гибкости?  
а) с внешним отягощением;  
б) махи с максимальной амплитудой;  
в) движения с максимальной частотой;

г) всё перечисленное.

7. В каком виде спорта ограничено время владения мячом?

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

8. Какие выделяют виды выносливости?

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

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 прямохождения;
- г) всё перечисленное.

10. Что является специфическим содержанием спорта?

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

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

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

12. Как называется изгиб позвоночника в поясничном отделе?

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

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.

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.

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

- а) в баскетболе;  
б) в волейболе;  
в) в футболе;  
г) в гандболе.
16. Как называют резкое кратковременное увеличение темпа движения по ходу дистанции как тактический приём в беге на 2000 м?  
а) спурт;  
б) старт;  
в) форсаж;  
г) гипертрофия.
17. Как называется процесс воспитания физических качеств и способностей к определённой деятельности?  
а) физическая готовность;  
б) физическая подготовка;  
в) физическое совершенство;  
г) физическое развитие.
18. В какой из частей урока решаются задачи урока?  
а) в подготовительной;  
б) в основной;  
в) в заключительной;  
г) в каждой из частей.
19. Как называется состояние человека, которому свойственно полное физическое, душевное и социальное благополучие?  
а) физическое развитие;  
б) физическая подготовленность;  
в) физическое состояние;  
г) здоровье.
20. Как называют совокупность приёмов механического и рефлекторного воздействия на ткани и органы?  
а) массаж;  
б) закаливание;  
в) гигиена;  
г) нагрузка

#### Задания в открытой форме

21. В Олимпийском движении используется сокращение НОК, что оно обозначает?
22. Вид спорта, который включает конкур, фехтование, стрельбу, бег и плавание, называется.....
23. Как терминологически верно называется прыжок с брусьев в гимнастике?
24. Как называется спортивная обувь для игры в футбол со сменными шипами на подошве и укрепленным широким носком для удара по мячу?
25. Как называется способность выполнять физические упражнения с максимальной амплитудой за счёт собственной активности соответствующих мышц?

Задание на установление соответствия





26. Установите соответствие между городом и годом проведения в нем игр Олимпиады.

	Годы		Город
1	1908	A	Москва
2	1952	B	Лос-Анджелес
3	1980	B	Париж
4	1984	Г	Лондон
5	2024	Д	Хельсинки

27. Установите соответствие между физическими качествами и видами спорта, в которых они преимущественно проявляются.

	Физические качества		Виды спорта
1	быстрота	A	художественная гимнастика
2	гибкость	B	лыжные гонки
3	сила	B	тяжёлая атлетика
4	выносливость	Г	прыжки в воду
5	ловкость	Д	лёгкая атлетика, бег на короткие дистанции

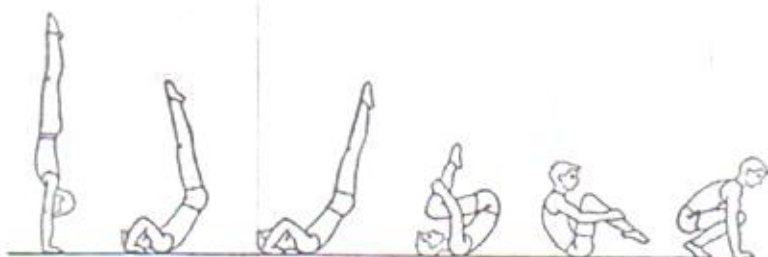
28. Установите соответствие между положениями тела и их графическим изображением.

	Физические качества		Виды спорта
1	Сед ноги врозь	A	
2	Основная стойка	B	
3	Стойка на коленях	B	
4	Стойка руки на поясе	Г	

Б A-б; 2-б; 3-А; 4-Д; 5-Г; 6-Б

5	Сед углом	Д	
6	Упор стоя согнувшись	Е	

29. 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	6
5	из	
6	кувырок	5
7	на руках	1
8	назад	
9	перекат	4
10	присед	3
11	прогнувшись	
12	согнувшись	2
13	стойки	



Вы закончили выполнение заданий.  
Поздравляем!