



Школьный этап

КОД участника 9074

Ф.И.О. Котиник Керим
Намиров

Класс 9, "А"

Предмет Физическая Культура

Баллы 250

2021-2022уч.год

25-0

**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) быстроте;
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?
- 0- 22. Вид спорта, который включает конкур, фехтование, стрельбу, бег и плавание, называется... *шашки*
23. Как терминологически верно называется прыжок с брусьев в гимнастике?
- 2- 24. Как называется спортивная обувь для игры в футбол со сменными шипами на подошве и укрепленным широким носком для удара по мячу? *буты*
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 -	1	А	Москва
0 -	2	Б	Лос-Анджелес
1 -	3	В	Париж
0 -	4	Г	Лондон
0 -	5	Д	Хельсинки





1-Д 2-Б 3-В 4-Г 5-А

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



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

1-Д 2-Б 3-В 4-Г 5-А

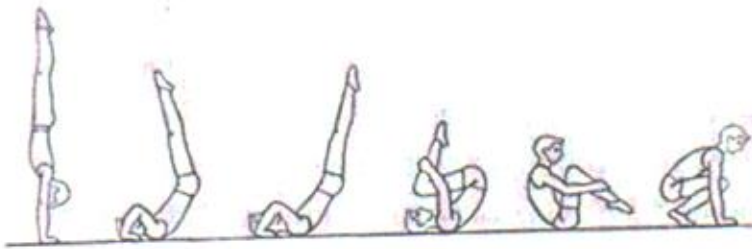
28. Установите соответствие между положениями тела и их графическим изображением.

	Физические качества		Виды спорта
1	Сед ноги врозь	А	
2	Основная стойка	Б	
3	Стойка на коленях	В	
4	Стойка руки на пояс	Г	

5 1-Б 2-В 3-Д 4-Г 5-А 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
5	из
6	кувырок
7	на руках
8	назад
9	перекат
10	присед
11	прогнувшись
12	согнувшись
13	стойки

4, 11, 12, 7, 8, 6, 13,
1, 5, 3



Вы закончили выполнение заданий.
Поздравляем!