



Школьный этап

КОД участника 105

Ф.И.О. Аюева Аиша

Мухадиевна

Класс 10 А

Предмет Бизнесская культура

Баллы 200

2021-2022уч.год

29-0

**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 прямостояния;
- 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 7 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

- 2- 21. В Олимпийском движении используется сокращение НОК, что оно обозначает? *национальный олимпийский комитет*
- 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-	1 Г	1908	А	Москва	
1-	2 Д	1952	Б	Лос-Анджелес	
1-	3 А	1980	В	Париж	
1-	4 Б	1984	Г	Лондон	
1-	5 В	2024	Д	Хельсинки	


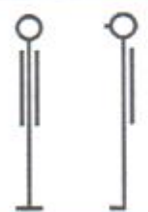
27. Установите соответствие между физическими качествами и видами спорта, в которых они преимущественно проявляются.

	Физические качества			Виды спорта	
0-	1	быстрота Б	А	художественная гимнастика	
1-	2	гибкость А	Б	лыжные гонки	
1-	3	сила В	В	тяжёлая атлетика	
0-	4	выносливость Г	Г	прыжки в воду	
0-	5	ловкость Д	Д	лёгкая атлетика, бег на короткие дистанции	

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

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

1-

5	Сед углом	Д	
6	Упор стоя согнувшись	Е	

1- В

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



0

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

Вы закончили выполнение заданий.
Поздравляем!