



Школьный этап

КОД участника 106

Ф.И.О. Александр Максимов
Гурьев

Класс 10, А

Предмет Физическая культура

Баллы 335

2021-2022уч.год

33-8

**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 7 игроков одной команды?

- 0 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?

- 0 а) спурт;
б) старт;
в) форсаж;
 г) гипертрофия.

17. Как называется процесс воспитания физических качеств и способностей к определённой деятельности?

- 1 а) физическая готовность;
 б) физическая подготовка;
в) физическое совершенство;
г) физическое развитие.

18. В какой из частей урока решаются задачи урока?

- 1 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?

- 1 а) физическое развитие;
б) физическая подготовленность;
в) физическое состояние;
 г) здоровье.

20. Как называют совокупность приёмов механического и рефлекторного воздействия на ткани и органы?

- 1 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
- 2-22. Вид спорта, который включает конур, фехтование, стрельбу, бег и плавание, называется.....
Современный пятиборье
- 0-23. Как терминологически верно называется прыжок с брусьев в гимнастике?
спортивный прыжок
- 2-24. Как называется спортивная обувь для игры в футбол со сменными шипами на подошве и укрепленным широким носком для удара по мячу?
джелси
- 2-25. Как называется способность выполнять физические упражнения с максимальной амплитудой за счёт собственной активности соответствующих мышц?
выносливость

Задание на установление соответствия





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



	Годы		Город
1	1908	А	Москва <i>1 2</i>
2	1952	Б	Лос-Анджелес <i>1 2</i>
3	1980	В	Париж <i>5</i>
4	1984	Г	Лондон <i>4</i>
5	2024	Д	Хельсинки <i>3</i>

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

	Физические качества		Виды спорта
1	быстрота <i>Б Б</i>	А	художественная гимнастика
2	гибкость <i>Д А</i>	Б	лыжные гонки
3	сила <i>В В</i>	В	тяжёлая атлетика
4	выносливость <i>Д</i>	Г	прыжки в воду
5	ловкость <i>А Г</i>	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 <i>Б</i>	А	
2	Основная стойка <i>Е</i>	Б	
3	Стойка на коленях <i>А</i>	В	
4	Стойка руки на поясе <i>Д</i>	Г	

5	Сед углом Г	Д	
6	Упор стоя согнувшись В	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 Д
4	вперёд Г
5	из
6	кувырок 2
7	на руках 1
8	назад
9	перекат 5
10	присед
11	прогнувшись
12	согнувшись 2 3
13	стойки

Вы закончили выполнение заданий.
Поздравляем!