



Школьный этап

КОД участника 103

Ф.И.О. Дмитрий Владимирович Куряков

Класс 11А

Предмет Рус-яз

Баллы 228

2021-2022уч.год

228

**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**

- 0
- 1
- 1
- 0
- 1
- 1
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;

в) 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. Матвеев;  
 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?

- 1
- 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?

- 0
- 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

- 0 - 21. В Олимпийском движении используется сокращение НОК, что оно обозначает?
- 0 - 22. Вид спорта, который включает конкур, фехтование, стрельбу, бег и плавание, называется.....
- 0 - 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? *дзимы*
- 0 - 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.

0 = 0  
0 = 0  
0 = 0  
0 = 0  
0 = 0

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





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



1 = 1  
5 = 1  
1 = 1  
1 = 1  
1 = 1

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

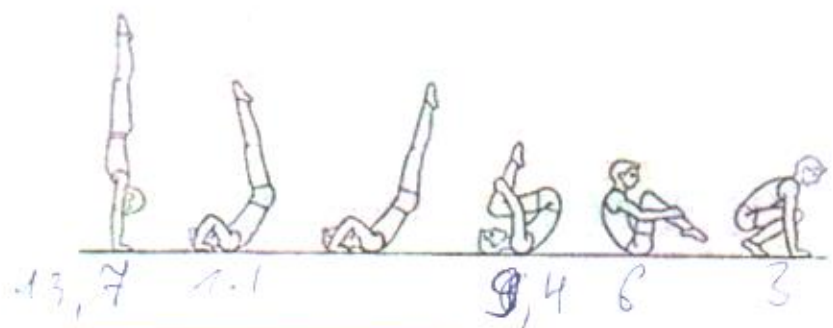
28. Установите соответствие между положениями тела и их графическим изображением.

1 = 1  
1 = 1  
1 = 1

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

5	Сед углом	Д	
6	Упор стоя согнувшись	Е	

1-~~Б~~КЕ; 3-А; 4-А; 5-Г; 6-В - 5  
 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

Вы закончили выполнение заданий.  
 Поздравляем!