

110010

**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.

29

**Задания в закрытой форме**

1. В каком городе находится Международная олимпийская академия?  
а) Лозанна;  
б) Париж;  
в) Афины;  
г) ☒ Олимпия. 0
2. На каких соревнованиях в честь победителя играет не гимн страны, а Гаудеамус – гимн студентов?  
а) Всемирные юношеские игры;  
б) ☒ Всемирная Универсиада; 1  
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. 1
4. Какие упражнения целесообразно использовать для снижения избыточной массы тела?  
а) сложно-координационные;  
б) статические;  
в) ☒ скоростно-силовые; 0  
г) циклические.
5. Какому физическому качеству нужно уделять наибольшее внимание для повышения общего уровня здоровья?  
а) ☒ выносливости; 1  
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; 0

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?**

- 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? *Национальный Олимпийский Комитет.*

22. Вид спорта, который включает конкур, фехтование, стрельбу, бег и плавание, называется.... *Современное пятиборье.*

23. Как терминологически верно называется прыжок с брусьев в гимнастике? *Соскок*

24. Как называется спортивная обувь для игры в футбол со сменными шипами на подошве и укрепленным широким носком для удара по мячу? *Бустер*

25. Как называется способность выполнять физические упражнения с максимальной амплитудой за счёт собственной активности соответствующих мышц? *Активная гибкость.*

### Задание на установление соответствия





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



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

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

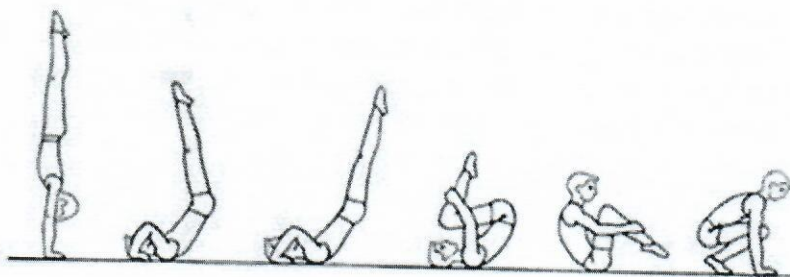
	Физические качества		Виды спорта
1	быстрота	А	художественная гимнастика 2
2	гибкость	Б	лыжные гонки 1
3	сила	В	тяжёлая атлетика 3
4	выносливость	Г	прыжки в воду 5
5	ловкость	Д	лёгкая атлетика, бег на короткие дистанции 4

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






	Физические качества		Виды спорта
1	Сед ноги врозь	А	3 
2	Основная стойка	Б	1 
3	Стойка на коленях	В	6 
4	Стойка руки на пояс	Г	5 

5	Сед углом	Д	<del>3</del> 4 
6	Упор стоя согнувшись	Е	2 

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	6
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

Мокова З.А.   
 Умаров Мурат -   
 Умаров Мурат -   
 Езиев А.С. -   
 Жокоев Р.Р. - 

Вы закончили выполнение заданий.  
Поздравляем!