

**КОМПЛЕКТ ОЛИМПИАДНЫХ ЗАДАНИЙ  
ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ  
ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»  
(муниципальный этап, 9-11 классы)**

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР**

**Задания в закрытой форме**

**Завершите утверждения, выбрав для каждого один правильный ответ**

1. Олимпийские игры древности были запрещены римским императором Феодосием I в...
  - а) I в. до н.э.
  - б) 178 г.
  - в) 394 г.
  - г) 476 г.
  
2. Действующий в настоящее время Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» был принят в ...
  - а) 1993 г.
  - б) 1999 г.
  - в) 2007 г.
  - г) 2009 г.
  
3. Министром спорта Российской Федерации в настоящее время является:
  - а) Виталий Мутко
  - б) Павел Колобков
  - в) Вячеслав Фетисов
  - г) Виталий Смирнов
  
4. В состав новых видов, которые дополняют олимпийскую программу на XXXII Олимпийских играх в Токио-2020 , входит ...
  - а) велоспорт-маунтинбайк
  - б) серфинг
  - в) гребной слалом
  - г) прыжки на батуте
  
5. В составе паралимпийских видов спорта отсутствует ...
  - а) волейбол на колясках
  - б) баскетбол на колясках
  - в) регби на колясках
  - г) теннис на колясках
  
6. Устойчивость организма к недостатку кислорода характеризует ...
  - а) проба Штанге
  - б) клиностатическая проба
  - в) проба с приседаниями (проба Мартине)
  - г) ортостатическая проба
  
7. Для сердца тренированного спортсмена в покое характерна частота сокращений...
  - а) 100-120 уд/мин
  - б) 90-100 уд/мин
  - в) 72-84 уд./мин

г) ниже 60 уд./мин

8. Параметры объёма и интенсивности нагрузки в отдельных упражнениях соотносятся...

- а) прямо пропорционально
- б) обратно пропорционально
- в) кратковременно
- г) постоянно.

9. Закрепление усвоенных ранее двигательных умений и навыков осуществляются в ... (какой?) части урока физической культуры.

- а) подготовительной
- б) начале основной
- в) середине основной
- г) конце основной

10. К объективным показателям состояния организма относится...

- а) чувство утомления
- б) ЧСС
- в) самочувствие
- г) нарушение сна и аппетита

11. Основным методом тренировки в оздоровительном беге является ...

- а) игровой
- б) интервальный
- в) повторный
- г) равномерный

12. Какой из способов плавания не является спортивным?

- а) на боку
- б) брасс
- в) баттерфляй
- г) на спине

13. Индивидуальное развитие организма обозначается как ...

- а) генезис
- б) онтогенез
- в) филогенез
- г) воспитание

14. Правила баскетбола при ничейном счёте в основное время предусматривают дополнительный период продолжительностью ...

- а) 3 минуты
- б) 5 минут
- в) 7 минут
- г) 10 минут

15. Статические упражнения преимущественно применяются при совершенствовании ...

- а) силовых способностей
- б) скоростных способностей
- в) общей выносливости
- г) скоростно-силовых способностей

16. Методы упражнения в режиме непрерывной нагрузки характеризуются...

- а) слитностью воздействий
- б) мини-макс интервалами
- в) стандартностью воздействий.
- г) вариативностью воздействий.

17. При сохраненной целостности кожи, когда определяется локальная боль, крепитация и деформация конечности, можно предположить...

- а) повреждение связочного аппарата
- б) ушиб мягких тканей
- в) вывих
- г) закрытый перелом

18. Допинг – это...

- а) нарушение одного или нескольких антидопинговых правил;
- б) запрещенная субстанция (вещество);
- в) запрещенный метод;
- г) неоднократное применение запрещенной субстанции.

### **Задания в открытой форме**

**Завершите истинное утверждение, вписав соответствующее слово или словосочетание.**

19. Метод организации деятельности занимающихся на уроке, при котором весь класс одновременно выполняет одно и то же задание учителя физической культуры, называется...

20. Система движений, объединенная смысловыми двигательными задачами, называется...

21. Прыжковые упражнения на одной или двух ногах для совершенствования прыгучести и силы ног, обозначаются как...

22. Основным идентификационным признаком участника соревнований является...

23. Современный вид спорта, предполагающий использование компьютерных игр, называется...

### **Задание на установление соответствия**

24. Установите соответствие между понятиями и их определениями

Понятие (термин)		Определение	
1	Гибкость	А	Предельно возможная подвижность, ограничителем которой является строение суставов
2	Активная гибкость	Б	Способность к достижению наивысшей подвижности в суставах в результате действия внешних сил
3	Пассивная гибкость	В	Способность выполнять движения с большой амплитудой за счет собственных мышечных усилий
4	Анатомическая подвижность	Г	Способность удерживать большую амплитуду в позах
5	Динамическая гибкость	Д	Способность выполнять движения с большой амплитудой
6	Статическая гибкость	Е	Способность проявлять большую подвижность в движениях

25. Установите соответствие между принципами физического воспитания и их описанием

Принцип		Описание	
1	Наглядности	А	Предусматривает оптимальное соответствие задач, средств и методов возможностям занимающихся
2	Возрастной адекватности	Б	Обязывает последовательно изменять направленность физического воспитания применительно к сменяющимся периодам онтогенеза
3	Доступности	В	Увеличение с возрастом все большей доли использования специфических средств подготовки
4	Углубленной специализации	Г	Предусматривает опору на анализаторы

#### Задание процессуального или алгоритмического толка





26. Укажите правильную последовательность испытаний (тестов) комплекса ГТО, направленных на определение развития физических качеств (способностей) для оценки:  
1) силы; 2) координационных способностей; 3) гибкости; 4) выносливости; 5) скоростно-силовых возможностей

#### Задание на перечисление

27. Перечислите виды испытаний (тестов) комплекса ГТО IV ступени, направленных на определение развития прикладных двигательных умений и навыков.

#### Задания с графическим изображением двигательных действий

28. Дайте описание представленных положений

А	Б	В	Г
			

#### Задание-кроссворд «Программа XXXII Олимпийских игр»

29. Решите кроссворд, записав ответы-слова

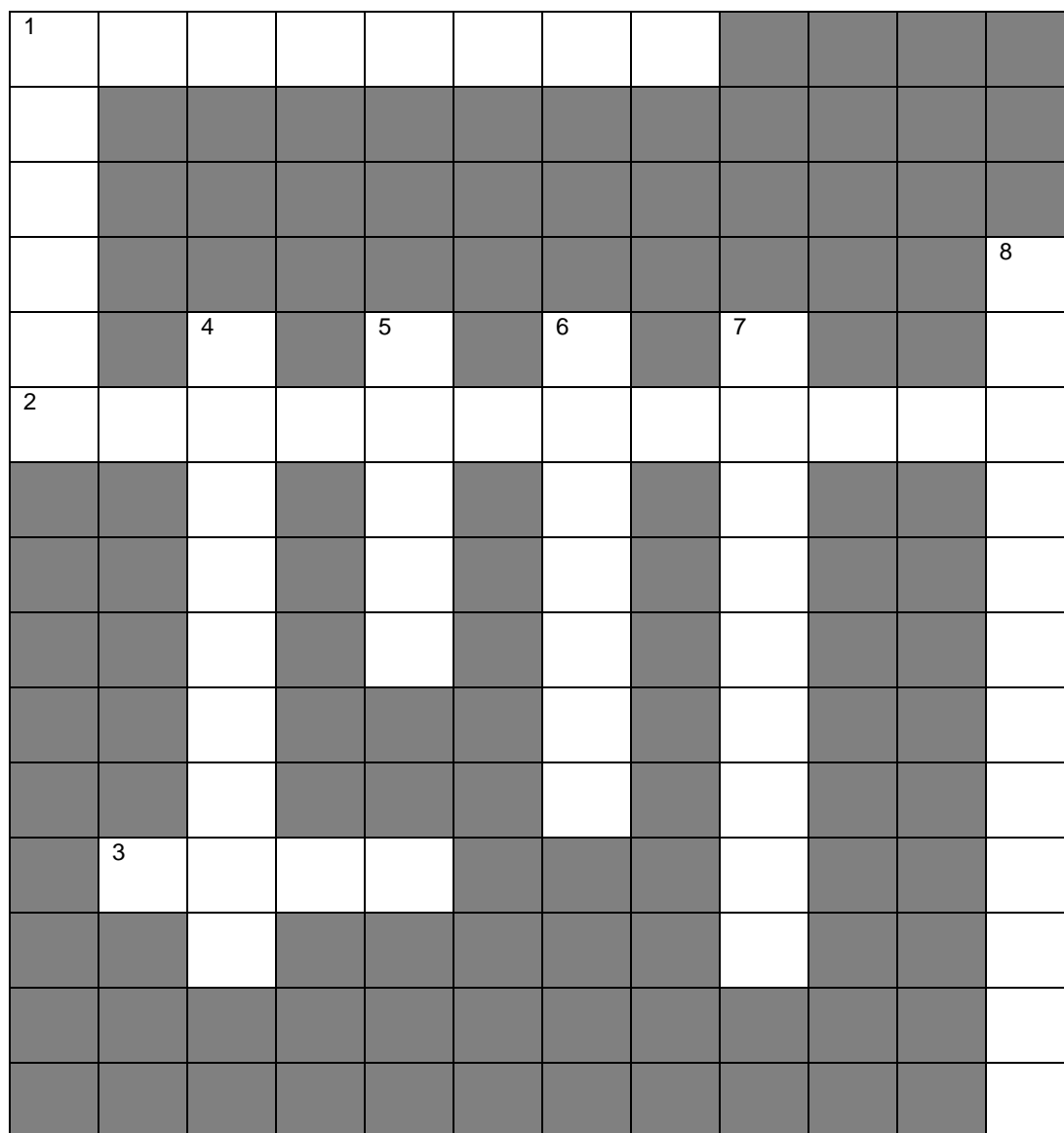
*По горизонтали:*

- Олимпийский вид спорта, суть которого заключается в непрерывной гонке в несколько этапов, которые преодолеваются последовательно и без остановки и связаны с самостоятельными циклическими видами спорта.
- Вид спорта, впервые включенный в программу XXXII Олимпийских игр в Токио-2020, который заключается в лазании по естественному или искусственному рельефу.
- Олимпийский контактный вид единоборств

*По вертикали:*

- Спортивная игра с использованием ракеток и мяча.
- Спортивная игра с использованием ракеток и волана
- Спортивная игра, в которой отдельные участники или команды соревнуются, загоняя маленький мячик в специальные лунки ударами клюшек
- Командная спортивная игра, цель которой – забросить как можно больше мячей в ворота соперника
- Вид спорта, создателем которого является Джеймс Нейсмит.

8. Один из экстремальных видов спорта, вошедших в состав новых видов, которые дополняют олимпийскую программу на XXXII Олимпийских играх в Токио-2020



### Задание-задача

30. Решите задачу.

*Иван при росте 160 см имеет вес 50 кг и окружность грудной клетки 78 см. Рост Сергея – 164 см, вес составляет 58 кг, а окружность грудной клетки – 80 см*

Кто из юношей имеет более крепкое телосложение? Почему? Приведите расчеты.