

**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.**

**Максимальное количество баллов – 19 (1 балл за каждый правильный ответ).**

1. Физическая культура – это:

- а) часть культуры общества и человека;
- б) процесс развития физических способностей;
- в) вид воспитания, направленный на обучение движениям и развитие физических качеств;
- г) развитие естественных сил природы и воспитание гигиенических качеств.

2. Способность человека преодолевать внешнее сопротивление посредством мышечных напряжений – это:

- а) гибкость;
- б) сила;
- в) выносливость;
- г) быстрота.

3. Двигательный тест, позволяющий определить развитие физического качества «сила».

- а) наклон вперед из положения стоя;
- б) подтягивание;
- в) челночный бег;
- г) бег 3 км;
- д) бег 100 м.

4. Все органы человеческого тела функционируют в пределах нормы и даже могут при необходимости работать со значительным превышением нормы, т.е. обладают резервом – это:

- а) духовное благополучие;
- б) физическое благополучие;
- в) социальное благополучие.

5. Признак, по которому физические упражнения группируются по их воздействию на мышцы рук, ног, брюшного пресса, спины:

- а) по признаку физиологических зон мощности;
- б) по анатомическому признаку;
- в) по признаку преимущественной направленности на развитие отдельных физических качеств.

6. Показатели пульса при легкой физической нагрузке:

- а) 100-120 ударов в минуту;
- б) 130-150 ударов в минуту;
- в) Свыше 150 ударов в минуту;
- г) 80-100 ударов в минуту.

7. XXI зимние Олимпийские игры 2010 года прошли:

- а) в Канаде;
- б) в России;
- в) в Италии.

8. Соревнования между командами без выявления личных результатов участников:

- а) личные;
- б) командные;
- в) лично-командные.

9. Всевозможные упражнения со снарядами для развития силовой выносливости, укрепления нужных групп мышц:

- а) шейпинг;
- б) атлетическая гимнастика;
- в) силовая аэробика.

10. Первые достоверно известные Олимпийские игры в Древней Греции состоялись:

- а) в 773 г. до н.э.;
- б) в 776 г. до н.э.;
- в) в 779 г. до н.э.

11. Прием в баскетболе, применяемый против броска называется:

- а) выбивание;
- б) перехват;
- в) накрывание.

12. Международный олимпийский комитет создан:

- а) в 1894 г.;
- б) в 1896 г.;
- в) в 1898 г.

13. Бег на короткую дистанцию называется:

- а) скоростной бег;
- б) стайерский бег;
- в) спринтерский бег.

14. С помощью какого теста не определяется физическое качество выносливость?

- а) шестиминутный бег;
- б) бег на 100 метров;
- в) лыжная гонка на 3 километра;

г) плавание 800 метров.

15. Прием в баскетболе, с помощью которого можно противодействовать передачам и ведению:

- а) выбивание;
- б) перехват;
- в) накрывание.

16. При передвижении коньковым ходом скользящая поверхность лыж смазывается:

- а) мазями для держания;
- б) мазями для скольжения;
- в) грунтовыми мазями.

17. Французский общественный деятель Пьер де Кубертен выступил с предложением возродить:

- а) олимпийское движение;
- б) олимпийские игры;
- в) олимпийский девиз.

18. Классический лыжный ход, при котором происходит отталкивание ногой и руками:

- а) одновременный бесшажный ход;
- б) одновременный одношажный ход;
- в) попеременный двухшажный ход.

19. Совместная деятельность людей, осуществляемая во благо укрепления мира и дружбы между народами в духе взаимопонимания, уважения, доверия - это:

- а) олимпийские игры;
- б) олимпийское движение;
- в) олимпийская хартия.

### **Задания в открытой форме**

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

**Максимальное количество баллов – 10 (2 балла за каждый правильный ответ).**

20. Способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противостоять ему за счёт мышечных усилий (напряжений) – это ....

21. Состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезни или физических дефектов – это ....

22. Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья, с ограниченными физическими и умственными возможностями – это....

23. Состояние организма, которое возникает под влиянием той или иной работы и характеризуется временным снижением работоспособности - это ....

24. Сознательный прием спортсменом стимулирующего вещества с целью искусственно усилить физическую активность – это....

### Задание на установление соответствия

25. Установите соответствие между тестами и физическими качествами, которые соответствуют им:

**Максимальное количество баллов – 2.**

|   |  |   |              |
|---|--|---|--------------|
| 1 | Бег на 100 м   | А | Сила         |
| 2 | Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье | Б | Быстрота     |
| 3 | Бег на лыжах на 3 км                                     | В | Выносливость |
| 4 | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу           | Г | Гибкость     |

26. Установите соответствие между видами спорта и их описанием:

**Максимальное количество баллов – 2.**

|   |   |   |              |
|---|---|---|--------------|
| 1 | Олимпийский вид спорта, заключающийся в спуске с заснеженных склонов и гор на специальном снаряде   | А | Керлинг      |
| 2 | Спортивная игра на льду, цель которой — попасть в мишень скользящим по льду тяжелым диском из камня или металла с рукояткой   | Б | Сноуборд     |
| 3 | Вид парусного спорта и водного развлечения, в основе которого лежит мастерство управления на водной поверхности лёгкой доской небольшого размера с установленным на ней парусом | В | Пауэрлифтинг |
| 4 | Силовое троеборье — силовой вид спорта, суть которого заключается в преодолении сопротивления максимально тяжёлого для спортсмена веса  | Г | Виндсерфинг  |

### Задание алгоритмического толка

**Максимальное количество баллов – 2.**

27. Укажите правильную последовательность названий стран, где проводились олимпийские игры современности, начиная с 1896 года по 1908 год: а) Греция, б) США, в) Франция, г) Великобритания

**Задание на перечисление**

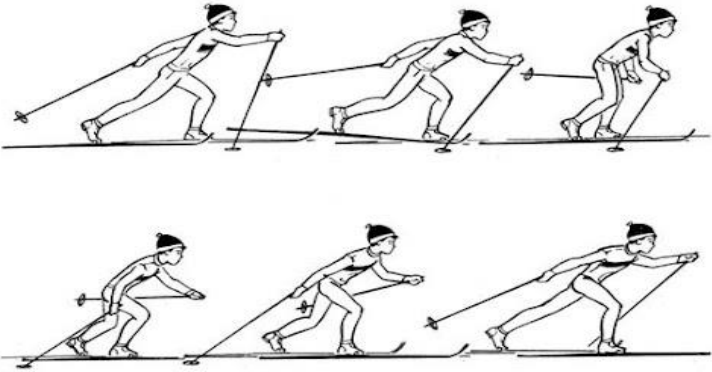
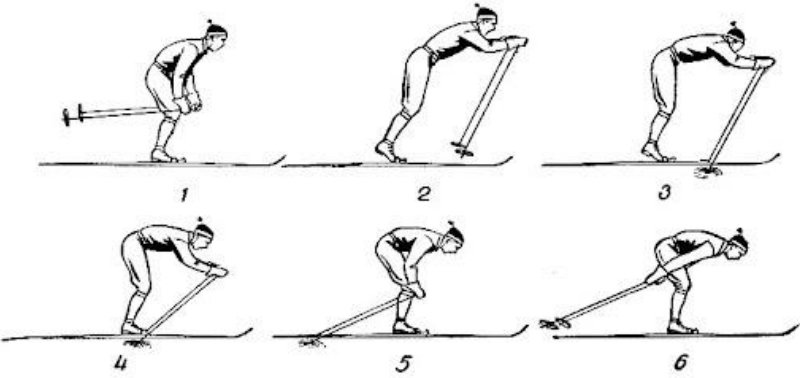
**Максимальное количество баллов – 4** (1 балл за правильно указанную фазу)

28. Перечислите фазы прямого нападающего удара в волейболе...

**Задание с графическим изображением двигательных действий**

**Максимальное количество баллов – 2** (1 балл за каждый правильный ответ).

29. Цикл какого классического лыжного хода изображен на рисунке?

|   |    |
|---|----|
|    | А) |
|  | Б) |

### Задание-кроссворд

30. Решите кроссворд. Ответы записывайте в бланк ответа.

Максимальное количество баллов – 14 (2 балла за каждый правильный ответ).

|   |  |   |   |  |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|---|--|---|---|--|--|--|---|---|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| 5 |  |   |   |  |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|   |  |   | о |  |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 |  |   | л |  |  |  | 4 | 7 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|   |  |   | и |  |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|   |  |   | м |  |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|   |  |   | п |  |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|   |  | 3 | и |  |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|   |  |   | а |  |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|   |  |   | 6 |  |  |  |   | * |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|   |  |   | д |  |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|   |  |   | а |  |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|   |  |   |   |  |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|   |  |   |   |  |  |  | 1 |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|   |  |   |   |  |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|   |  |   |   |  |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|   |  |   |   |  |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Вопросы:

- по вертикали:

5. В каком виде спорта на поле 11 игроков?

7. Королева спорта?

- по горизонтали:

1. Сколько видов спорта в зимних олимпийских играх?

2. Штрафной бросок в хоккее, который может изменить ход игры?

3. Каким оружием должен в совершенстве владеть биатлонист?

4. Как называли победителей в Древней Греции?

6. Сколько видов эстафет в плавании?

Максимальное количество баллов за теоретико-методический тур – 55.