

3405 *Исторьев Н.С.* *ФК 90410*

Теоретико-методическое задание
Муниципального этапа Всероссийской Олимпиады школьников
по предмету «Физическая культура»
9-11 класс

Фамилия, Имя, Отчество _____

Субъект Федерации _____

Город _____ Школа № _____ Класс _____

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к уровню знаний учащихся общеобразовательных школ по предмету «Физическая культура».

Время выполнения заданий – 45 минут.

Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов. Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ.

Заполните анкету в бланке ответов: напишите свою фамилию, имя, отчество, название субъекта Федерации, город, школу и класс, который Вы представляете.

Инструкция к тесту мне...

а. Понятна. в. Понятна не полностью. б. Понятна отчасти. г. Не понятна.

2. Вы хотели бы задать вопросы для уточнения задания?

а. Да. ☒ б. Нет. в. Не знаю. г. Да, но стесняюсь.

Желаем удачи!

1. Процесс становления и изменения биологических форм и функций организма, совершающийся под влиянием условий жизни воспитания называется физическим

- †
- а) Развитием
 - б) Совершенствованием
 - ☒ в) Воспитанием
 - г) Явлением

2. Какой индекс характеризует пропорциональность развития грудной клетки...?

-
- ☒ а) Индекса Кетле
 - б) Индекса Эрисмана
 - в) Индекса Брока
 - г) Индекс Пинье

3. К базовым акробатическим элементам статического характера не относятся.....?

- †
- а) Шпагаты
 - ☒ б) Висы
 - в) Стойки
 - г) Перекаты
 - ☒ д) Упоры
 - е) Равновесия

4. Физические упражнения – это.....

- а) Такие двигательные действия, которые направлены на формирование двигательных умений и навыков.
- б) Такие виды двигательных действий, направленные на морфологические и функциональные перестройки организма.
- в) Такие двигательные действия, которые направлены на реализацию задач физического воспитания, сформированы и организованы по его закономерностям.
- г) Такие двигательные действия, которые направлены на изменение форм телосложения и развитие физических качеств.

5. Финальная часть Чемпионат мира по футболу 2022 пройдет

- а) Катар
- б) Турция
- в) Мексика
- г) Англия

6. XXXIII Летние Олимпийские игры пройдут?

- а) Лос-Анжелесе
- б) Париже
- в) Будапешт
- г) Гамбург

7. В программе Олимпийских игр 2024 года представлено дополнительно спортивное скалолазание

- а) Да
- б) Нет

8. Количество золотых медалей, завоеванных Российскими спортсменами на Олимпийских играх в Токио 2020 (2021)

- а) 10
- б) 17
- в) 20
- г) 23

9. Круговая тренировка относится к группе методов...?

- а) Нестрогой регламентации нагрузки
- б) Строгой регламентации нагрузки
- в) Частичной регламентации нагрузки
- г) Игровой организации процесса физического воспитания

10. Туфли для бега называются:

- а) Кеды
- б) кроссовки
- в) чешки
- г) шиповки

11. Какой формы футбольный мяч?

- а) Цилиндрической
- б) Круглой
- в) Сферической
- г) Овальной

12. Под физическим качеством «ловкость» понимают...?

- а) Способность точно дозировать величину мышечных усилий в двигательной деятельности
- б) Способность быстро перестраивать двигательную деятельность в меняющейся обстановке с овладением новых движений
- в) Осваивать действия и сохранять равновесие
- г) Способность технически верно повторить заданное упражнение

13. Адаптация это.....?

- а) Процесс приспособления организма к меняющимся условиям внешней среды
 б) Процесс чередования нагрузки и отдыха
 в) Процесс восстановления после нагрузке
 г) Система повышения эффективности функционирования системы соревнований и системы тренировок

14. Принцип, предусматривающий оптимальное соответствие задач, средств, методов физического воспитания возможностям учащимся называется

- а) Принцип сознательности и активности
 б) Принцип систематичности
 в) Принцип доступности и индивидуализации
 г) Принцип наглядности

15. Любые формы двигательной физической активности, направленные на восстановление сил, затраченных в процессе профессионального труда называется....?

- а) Физическая рекреация
 б) Активный отдых
 в) Активность личности
 г) Физическое восстановление

16. Разновидность высокоинтенсивного фитнеса, при котором занятие проходит на стационарных велосипедах.

- а) Сайклинг
 б) Скипинг
 в) Бодифлекс
 г) Аэройога

17. Составная часть физической культуры, исторически сложившиеся в форме соревновательной деятельности и специальной практики подготовки человека к соревнованиям определяется как Олимпийские игры

18. Термин, обозначающий сгибание тела наклон

19. Как расшифровывается РУСАДА

7

20. Изменение формы стопы, характеризующееся опущением её продольного и поперечного сводов называется плоскостопие

21. Употребление в спорте любых веществ природного или синтетического происхождения, позволяющих в результате их приема добиться улучшения спортивных результатов называется допинг

22. Перечислите спортивные разряды силовой, выносливый

23. Перечислите виды прыжков в легкой атлетике?

прыжок с места, с разбега, в высоту

24. Сессия МОК внесла изменение в олимпийский девиз на «Быстрее, выше, сильнее -»

7

25. Сопоставьте выдающихся спортсменов и виды спорта, в которых они выступают.

Спортсмены	Виды спорта
1. Мария Ласицкене	а. Греко-римская борьба 3
2. Заур Угуев	б. Легкая атлетика 1
3. Муса Евлоев	в. Фехтование 4
4. София Позднякова	г. Вольная борьба 2

26. Впишите название физических качеств, которые оцениваются по представленным тестам

	Физические качества	Содержание теста
1	выносливость	а) Бег на длинные дистанции.
2	выносливость	б) Челночный бег
3	силовой	в) Опускание и подъем туловища из положения сидя или лёжа.
4	силовой	г) Наклон вперед из положения стоя.

27. Укажите призовые места сборных по футболу на чемпионате Европы 2021...

а Англия

3

б Италия

2

в Дания

3




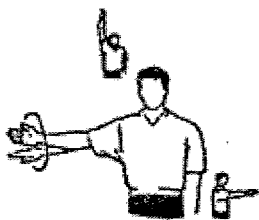
г Испания

1

28. Напишите название Олимпийских видов спорта в соответствии с пиктограммами.

			
лыжные гонки	гонки на санках	гонки на коньках	пробежки на лыжах

29. Напишите название жестов судей в баскетболе в соответствии с представленными картинками.

	<p>фол</p>
	<p>не засчитано</p>
	<p>замена</p>
	<p>пробивка</p>

30. Решите кроссворд

По горизонтали

- Вид спорта, представляющий собой единоборство на холодном спортивном оружии (рапира, сабля, шпага)
- Корейское боевое искусство. Характерная особенность — активное использование ног в бою
- Вид спорта или спортивная дисциплина, заключающаяся в преодолении вплавь за наименьшее время различных дистанций
- Спортивная командная игра с мячом и битой на травяной площадке, похожая на русскую лапту

По вертикали

- Роль самого высокого игрока в баскетбольной команде.
- Игра шарами на специальном столе по особым правилам

