

**Теоретико-методические задания
муниципального этапа
Всероссийской олимпиады по физической культуре
для 9-11 классов**

Задания в закрытой форме

1. Сумма движений, выполняемых человеком в процессе жизнедеятельности, объединяется в понятие...

- а. биологическая активность
- б. двигательная активность
- в. оптимальная активность
- г. физиологическая активность

2. В какой стране были разработаны правила футбола?

- а. в Дании
- б. в Канаде
- в. в Англии
- г. в Бразилии

3. Оздоровительный эффект физического воспитания достигается в результате ...

- а. обеспечения полноценного физического развития
- б. закаливания и физиотерапевтических процедур
- в. формирования двигательных умений и навыков
- г. совершенствования телосложения

4. Талисман олимпийских игр впервые появился...

- а. в 1980г. в Москве
- б. в 1976г. в Монреале
- в. в 1956г. в Мельбурне
- г. в 1968г. в Мехико

5. Отличительным признаком физической культуры является...

- а. воспитание физических качеств и обучение двигательным действиям
- б. использование гигиенических факторов и оздоровительных сил природы
- в. высокие результаты в учебной, трудовой и спортивной деятельности

г. определенным образом организованная двигательная активность

6. Валерий Борзов, Валерий Брумель – чемпионы олимпийских игр

- а. по плаванию
- б. по легкой атлетике
- в. по биатлону
- г. по лыжных гонках

7. Сложные и многообразные изменения, происходящие в организме человека на протяжении жизни объединены понятием...

- а. физическое воспитание
- б. филогенез
- в. физическое развитие
- г. физическое совершенство

8. В каком году не проводились летние олимпийские игры?

- а. 1980
- б. 1948
- в. 1940
- г. 2000

9. Гипертрофия мышц – это ...

- а. увеличение длины мышцы
- б. увеличение толщины мышцы
- в. уменьшение длины мышцы
- г. уменьшение толщины мышцы

10. Нагрузку при выполнении упражнений, вызывающих увеличение частоты сердечных сокращений до 140-160 уд/мин., принято обозначать как...

- а. малую
- б. среднюю
- в. большую
- г. высокую

11. Это изречение: «На Олимпиаде главное не победа, а участие» принадлежит:

- а. президенту МОК Зигфрид Эдстрему
- б. президенту США Рузвельту
- в. Пьеру де Кубертену
- г. епископу собора Святого Петра

12. Какое из физических качеств, при чрезмерном его развитии отрицательно влияет на гибкость?

- а. выносливость
- б. сила
- в. быстрота
- г. координационные способности

13. Где возникла оздоровительная, философская система упражнений йоги?

- а. в Греции
- б. в Индии
- в. в Китае
- г. в Америке

14. ВФСК ГТО – это....

- а. всероссийская физическая спортивная культура готов к труду и обороне
- б. всемирная федерация спортивной культуры готов к труду и обороне
- в. высший физкультурно-совершенный комплекс готов к труду и обороне
- г. всероссийский физкультурно-спортивный комплекс готов к труду и обороне

15. Какой витамин регулирует обмен и крайне необходим детям в период формирования костного скелета (образуется в организме человека, в коже под влиянием ультрафиолетовых лучей)?

- а. «РР»
- б. «Д»
- в. «В6»
- г. «А»

16. Где зажигается факел Олимпийского огня современных Олимпийских Игр?

- а. на вершине горы Олимп
- б. на Олимпийском стадионе в Афинах
- в. на Олимпийском стадионе города-организатора Игр
- г. в Олимпии под эгидой МОК

17. Что такое «стретчинг»?

- а. морфофункциональные свойства опорно-двигательного аппарата, определяющие степень подвижности его звеньев
- б. система статических упражнений, развивающих гибкость, способствующих повышению эластичности мышц
- в. гибкость, проявляемая в движениях
- г. мышечная напряженность

18. При выполнении каких упражнений проявляется простая двигательная реакция?

- а. метание копья
- б. бег на 100 м
- в. опорный прыжок
- г. бросок мяча в кольцо в баскетболе

Задания в открытой форме

Завершите определение, вписав соответствующее слово, число в бланк ответов.

19. Прибор для измерения массы тела называется...

20. Как звали победителя Игр в Древней Греции?

21. В современном пятиборье дистанция плавания составляет ... метров.

22. Эмоциональное состояние, возникающее в ответ на разнообразные экстремальные воздействия, называется...

23. Техничко-тактический элемент, применяемый во многих видах спорта (прежде всего, в спортивных играх и единоборствах), имеющий целью отвлечь внимание, обмануть соперника при помощи ложного движения или имитации движения перед действительно задуманным техническим приемом, называется ...

24. Субъективное состояние, возникающее в период тяжелого физического утомления и характеризующееся чувством облегчения называют ...

Задания, связанные с сопоставлением

25. Установите соответствие между именами Брянских атлетов, добившихся высоких результатов в спорте, и видами спортивных дисциплин

Спортсмены	Вид спорта
1. Александр Большунов	а. гимнастика
2. Минаков Виталий	б. лыжные гонки
3. Кузютина Наталья	в. самбо
4. Фролова Татьяна	г. дзюдо

Спортсмены с:	Международные соревнования
1. поражениями опорно-двигательного аппарата	а. Специальная олимпиада
2. поражениями органов слуха	б. Паралимпийские игры
3. дефектами зрения	в. Сурдлимпийские игры
4. поражением интеллекта	г. Олимпийские игры

26. Сопоставьте содержание понятия и его названия

Содержание понятия	Название понятия	Задание алгоритмического толка	
1.Способность перемещать тело и его звенья в пространстве за минимально короткое время	а. выносливость	28. Укажите последовательность частей урока физической культуры. а. основная б. подготовительная в. заключительная г. заминочная	
2. Способность преодолевать внешнее сопротивление и противостоять ему за счет мышечных усилий	б. быстрота		
3.Способность организма человека при двигательной деятельности длительное время противостоять утомлению	в. сила	Задания, связанные с перечислением	
4. Способность выполнять движения с большой амплитудой за счет мышечных усилий	г. гибкость	29. Перечислите виды спорта, входящие в состав триатлона...	
		30. Символом Олимпийских игр является эмблема — пять переплетённых колец. Запишите в бланк ответа цвета олимпийских колец в последовательности слева направо и по расположению в верхнем и нижнем рядах.	

27. Соотнесите спортсменов с различными отклонениями в состоянии здоровья и международными спортивными соревнованиями, в которых они имеют право выступать

Задание, связанное с графическим изображением

31. Напишите в бланке ответов напротив соответствующей буквы название способов передвижений, изображённых на этих рисунках.

А.



Б.



В.



Г.



Д.



Е.



32. Задание-кроссворд

СОБЕРИ КРОССВОРД

Впиши нарисованные виды спорта в сетку так, чтобы получился полноценный кроссворд. Одно слово уже стоит на своем месте

ФУТБОЛ

СЕРЫЕ КЛЕТЧКИ
сайт о кроссвордах, кроссворды и головоломки
www.graycell.ru

