

**Муниципальный этап всероссийской олимпиады школьников 2020-2021
учебного года**

**Теоретико-методическое задание
9-11 классы**

Задания в закрытой форме

- 1. В каком году был создан Национальный олимпийский комитет (НОК)...**
 - а) 1894;
 - б) 1911;
 - в) 1928;
 - г) 1950.

- 2. Кто представляет страну на Олимпийских играх в соответствии с Олимпийской хартией?**
 - а) национальный олимпийский комитет;
 - б) президент страны;
 - в) национальные спортивные федерации;
 - г) министерство спорта.

- 3. Священное перемирие, заключаемое на время проведения античных Игр Олимпиад, именовалось как...**
 - а) Анахарсис;
 - б) Экехирия;
 - в) Эланодикия;
 - г) Меланкомос.

- 4. Показатели жизненной емкости легких, мышечной силы рук, становой силы относятся к ...показателям физического развития человека.**
 - а) соматометрическим;
 - б) физиометрическим;
 - в) функциональным;
 - г) техническим.

- 5. Мышцы, работающие в суставе в одном направлении, являются ...**
 - а) антогонистами;
 - б) двуглавыми;
 - в) синергистами;
 - г) гладкими.

- 6. Объем физической нагрузки характеризуется... Отметьте все позиции**
 - а) затратами времени на занятие;
 - б) количеством выполненных упражнений;
 - в) темпом движения;
 - г) частотой сердечных сокращений.

7. По каким анализам, в соответствии с правилами МОК, определяют наличие допинга в организме... Отметьте все позиции

- а) кровь;
- б) моча;
- в) кал;
- г) слюна.

8. Физкультурные минуты и физкультурные паузы применяются с целью...

- а) активного отдыха;
- б) пассивного отдыха;
- в) соблюдения режима дня;
- г) развития физических качеств.

9. Какое из представленных определений сформулировано верно?

- а) физическое совершенство – это естественный процесс изменения морфофункциональных свойств организма на протяжении индивидуальной жизни;
- б) физическое совершенство – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия;
- в) физическое совершенство – это образ жизни отдельного человека с целью профилактики болезней и укрепления здоровья;
- г) физическое совершенство – это оптимальная мера всесторонней физической подготовленности и гармоничного физического развития, соответствующая требованиям общества.

10. Перечень запрещенных субстанций и методов (запрещенный список), который составляется Всемирным антидопинговым агентством (WADA) пересматривается...

- а) через 4 года (в соответствии с олимпийским циклом);
- б) через 2 года;
- в) через 3 года;
- г) не реже одного раза в год.

11. Как называется нарушение осанки, характеризующееся изгибом позвоночника в сторону?

- а) кифотическая осанка;
- б) сколиотическая осанка;
- в) осанка изогнутого вида;
- г) осанка наклонного вида.

12. Когда Всесоюзный совет физической культуры утвердил положение о комплексе ГТО:

- а) 11 марта 1931 г.;
- б) 24 мая 1931 г.;
- в) 8 июня 1933 г.;

г) 1 июня 1934 г.

13. Сколько игроков находится во время игры на футбольном поле?

- а) 11;
- б) 20;
- в) 22;
- г) 25.

14. Какой из способов подачи в волейболе является самым распространенным?

- а) нижняя прямая подача;
- б) нижняя боковая подача;
- в) верхняя прямая подача;
- г) верхняя боковая подача.

15. Определите результат участника соревнований в лыжных гонках с раздельным стартом, выступавшего под номером 26, если старт был одиночным через 30 с. А его время финиша равно 49.00 мин:

- а) 23:00;
- б) 36:00;
- в) 46:30;
- г) 75:00.

16. Выделите все формы проявления быстроты движений...

- 1. время двигательной реакции;
 - 2. динамическая устойчивость тела;
 - 3. скорость одиночного движения;
 - 4. частота (темп) движений;
 - 5. статическая устойчивость тела;
 - 6. различительная чувствительность движений.
- а) 1, 2, 3; б) 1, 3, 6; в) 1, 3, 4; г) 2, 3, 4.

17. Гимнастические перекладина, брусья, конь, скамейка являются:

- а) гимнастическими снарядами;
- б) гимнастическим оборудованием;
- в) гимнастическим снаряжением;
- г) гимнастическим инвентарём.

18. Какое из указанных качеств относится к волевым:

- а) целеустремлённость;
- б) напористость;
- в) трудолюбие;
- г) работоспособность.

19. Как называют нарушение правил в баскетболе?

- а) забег;
- б) пробежка;
- в) перебежка;

г) забегание.

20. Оказание первой помощи при ушибах:

- а) тепло на место ушиба, придать конечности возвышенное положение;
- б) наложение транспортной шины и жгута на место ушиба;
- в) холод на место ушиба, давящая повязка на место кровоизлияния, покой;
- г) обработка места ушиба йодом, наложение повязки е

Задания в открытой форме.

21. Установленное размещение занимающихся для совместных действий называется.....

22. Олимпийские игры для людей с ограниченными возможностями называются...

23. Число движений в единицу времени характеризует ...

Задание, предполагающие перечисление

24. Перечислите основные фазы прыжка в длину с разбега.....

25. Перечислите стили плавания, которые входят в комбинированную эстафету по плаванию...

Задания на соотнесение понятий и определений (в дальнейшем задания «на соответствие»).

26. Подберите слова в пары, составляющие устойчивые выражения, ответ запишите в бланке ответа соответствующими буквами.

1	Вольный	А	Удар
2	Восстановительный	Б	Прыжок
3	Двойное	В	Ведение
4	Классический	Г	Катание
5	Тройной	Д	Шаг
6	Олимпийский	Е	Ход
7	Нападающий	Ж	Стиль
8	Скользкий	З	Период
9	Парное	И	цикл

Задания процессуального или алгоритмического толка.

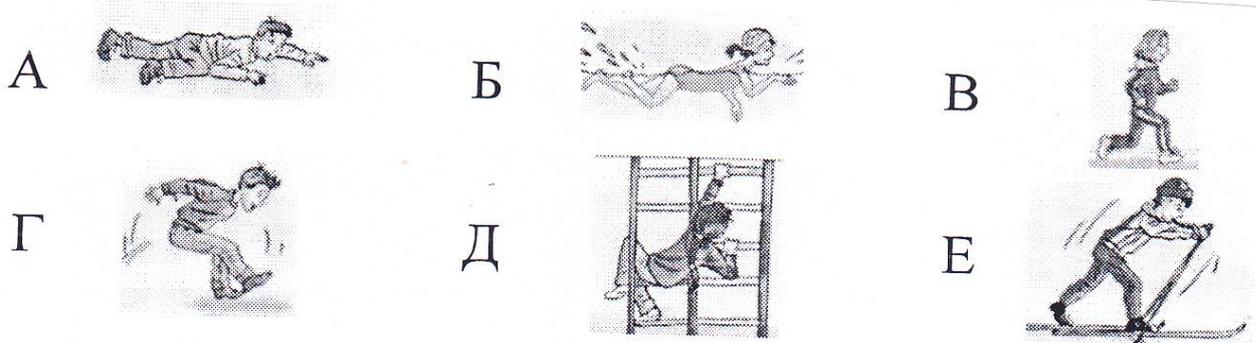
27. Установите последовательность действий в подготовительной части урока:

- а) общая разминка;
- б) специальная разминка;
- в) вводный ритуал;

г) установочные действия.

Задания с графическими изображениями двигательных действий (пиктограммы).

28. Напишите в бланке ответов напротив соответствующей буквы название способов передвижений, изображенных на этих рисунках:



Задание – задача

29. Спортсмен выполняет жим лежа со штангой 65 кг. Каков личный рекорд у этого спортсмена в жиме штанги лежа, если относительная интенсивность в этом упражнении составляет 67% от максимального веса штанги? Ответ округлите до целых величин.

Задание - кроссворд

30. Решите кроссворд, записав ответы-слова в бланке ответов.



Спасибо за участие, Вы выполнили задание