

**ТЕКСТЫ ОЛИМПИАДНЫХ ЗАДАНИЙ  
ДЛЯ РАЙОННОГО ЭТАПА  
ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ  
ШКОЛЬНИКОВ ПО ПРЕДМЕТУ  
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»  
В 2021-2022 УЧЕБНОМ ГОДУ.  
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ**

**9-11 класс.**

**2021 год**

## **Инструкция по выполнению задания**

Задания объединены в 6 групп:

**1. Задания в закрытой форме**, то есть с предложенными вариантами ответов. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильное завершение из предложенных вариантов, среди которых содержатся как правильные, так и неправильные завершения, а также частично соответствующие смыслу утверждений. Правильным является то, которое наиболее полно соответствует смыслу утверждения.

Ряд заданий оценивается, если отмечены все зачетные варианты. Это условие указано в задании («Отметьте все позиции»).

Выбранные варианты отмечаются **зачеркиванием** соответствующего квадрата в бланке ответов.

**2. Задания в открытой форме**, то есть без предложенных вариантов ответов. При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подбранное определение вписывайте в соответствующую графу бланка ответов.

**3. Задание на соответствие** понятий и определений, то есть соответствие предложенных вариантов ответов определенным понятиям и определениям.

**4. Задание – кроссворд.**

**5. Задание в форме, предполагающей перечисление** известных Вам составляющих, характеристик. Записи должны быть разборчивыми.

**6. Задание – задача.**

Необходимо решить задачу. В бланк ответов заносится не только ответ, но и обоснование и решение задачи.

**Время выполнения заданий – 45 минут.**

Контролируйте время выполнения задания. Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов.

**Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ.**

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

**Контрольные вопросы по инструкции к заданию:**

**1. Инструкция к тесту мне...**

- |                            |                                 |
|----------------------------|---------------------------------|
| <b>а.</b> Понятна.         | <b>в.</b> Понятна не полностью. |
| <b>б.</b> Понятна отчасти. | <b>г.</b> Не понятна.           |

**2. Вы хотели бы задать вопросы для уточнения задания?**

- |                |                             |
|----------------|-----------------------------|
| <b>а.</b> Да.  | <b>в.</b> Не знаю           |
| <b>б.</b> Нет. | <b>г.</b> Да, но стесняюсь. |

## ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ.

### Задания в закрытой форме.

**1. Международный Олимпийский комитет был создан в...**

- А. 1890 году;
- Б. 1892 году;
- В. 1894 году;
- Г. 1896 году

**2. Как называется тип интервала отдыха, который обеспечивает к началу новой части нагрузки полное или относительно полное восстановление организма?**

- А. напряжённый;
- Б. ординарный;
- В. жёсткий;
- Г. минимакс.

**3. Отечественную теорию физического воспитания разработал:**

- А. Ю.М.Курамшин
- Б. А.П.Матвеев
- В. П.Ф.Лесгафт
- Г. П. де Кубертен

**4. Длительное выполнение упражнений аэробного характера способствует преимущественно развитию следующего качества:**

- А. сила
- Б. скорость
- В. гибкость
- Г. выносливость

**5. Первый комплекс ГТО появился в СССР**

- А. в 1928 году;
- Б. в 1921 году;
- В. в 1931 году;
- Г. в 1918 году

**6. Сдвиги, происходящие в организме занимающихся в результате выполнения упражнений, принято обозначать как...**

- А. утомление
- Б. тренировочный эффект
- В. нагрузку
- Г. адаптацию

**7. Кто стал первым в истории современных Олимпийских игр Олимпийским чемпионом?**

- А. Д. Конноли
- Б. К.Шуман
- В. Р.Гаррети
- Г. С.Луис

**8. Диаметр баскетбольного кольца составляет:**

- А. не менее 440 мм и не более 459 мм
- Б. не менее 450 мм и не более 469 мм
- В. не менее 450 мм и не более 459 мм
- Г. не менее 440 мм и не более 449 мм

**9. Какие соревнования проводятся в честь афинского воина Фидиппида, пробежавшего безостановочно от места битвы с персами до Акрополя, чтобы рассказать о великой победе греков и упавшего замертво после возгласа: "Радуйтесь! Мы победили!":**

- А. пятиборье
- Б. панкратион
- В. марафон
- Г. пентатлон

**10. Какой показатель реакции организма на физическую нагрузку является наиболее информативным, объективным и широко используемым в практике?**

- А. ЖЕЛ (жизненная ёмкость легких)
- Б. МПК (максимальное потребление кислорода)
- В. ЧСС (частота сердечных сокращений)
- Г. АД (артериальное давление)

**11. Что из ниже перечисленного является нарушением антидопинговых правил:**

- А. Наличие запрещенной субстанции, ее метаболитов или маркеров в пробе, взятой у спортсмена.
- Б. Обладание запрещенной субстанцией или запрещенным методом со стороны спортсмена или персонала спортсмена.
- В. Распространение или попытка распространения любой запрещенной субстанции или запрещенного метода спортсменом или иным лицом
- Г. Использование или попытка использования спортсменом запрещенной субстанции или запрещенного метода

**Отметьте все позиции.**

**12. Проба с задержкой дыхания после выдоха называется:**

- А. проба Генчи
- Б. проба Розенталя
- В. проба Серкина
- Г. проба Штанге

**13. Физическое совершенство – это**

- А. естественный процесс изменения морфофункциональных свойств организма на протяжении индивидуальной жизни.
- Б. наивысший уровень развития физических качеств.
- В. состояние полного физического, душевного и социального благополучия.
- Г. оптимальная мера всесторонней физической подготовленности и гармоничного физического развития, соответствующая требованиям общества.

**14. Укажите, каким способом плавания начинается комбинированная эстафета:**

- А. баттерфляй
- Б. на спине
- В. брасс
- Г. вольный стиль

**15. Какой вид испытания не входит в комплекс ГТО - ....**

- А. Бег 100 м
- Б. Самозащита без оружия
- В. Спортивное ориентирование
- Г. Туристический поход

**16. Как называется педагогический процесс, направленный на воспитание физических качеств и развитие функциональных возможностей, создающих благоприятные условия обеспечения жизнедеятельности человека?**

- А. физическая готовность;
- Б. физическая подготовка;
- В. физическое совершенство;
- Г. физическое развитие.

**17. Размер волейбольной площадки составляет...**

- А. 8 на 16 метров.
- Б. 9 на 18 метров.
- В. 15 на 28 метров.
- Г. 20 на 40 метров.

**18. Из каких частей состоит словесная команда?**

- А. подготовительная и основная;
- Б. основная и дополнительная;
- В. предварительная и исполнительная;
- Г. общая и контрольная.

**Задания в открытой форме.**

Завершите определение, вписав соответствующее слово (слова), число в бланк ответов.

**19. В программу вида спорта «современное пятиборье» входят...**

**20. Установленное размещение занимающихся для совместных действий называется ...**

**21. В какой стране, согласно решению исполкома ФИФА от 2 декабря 2010 года, пройдет финальный турнир Чемпионата мира по футболу 2022 года?**

**22. Блокирующее движение в баскетболе, осуществляемое игроком нападения с целью создания для партнёра свободного пространства для прохода к кольцу, броска без сопротивления или получения передачи ...**

**23. Ограниченное скопление крови при закрытых повреждениях, сопровождающихся разрывом сосуда и излиянием крови в окружающие ткани, называется ....**

**Задание на соответствие.**

**24. Установите соответствие между российскими спортсменами, выступавшими на Олимпийских играх в Токио в одной команде:**

1	Ангелина Мельникова	А	Никита Нагорный
2	Светлана Ромашина	Б	Софья Великая
3	Ксения Перова	В	Андрей Рублев
4	София Позднякова	Г	Олег Стояновский
5	Анастасия Павлюченкова	Д	Светлана Колесниченко
6	Артур Далалоян	Е	Светлана Гомбоева
7	Вячеслав Красильников	Ж	Егор Клюка
8	Анна Вяхирева	З	Лилия Ахаимова
9	Максим Михайлов	И	Анна Седойкина

**Задание кроссворд.**

**25. Решите кроссворд, записав слова-ответы в соответствующие поля в бланке ответов.**

По горизонтали:

1. Мышцы (или группы мышц) одного сустава, которые при сокращении осуществляют тягу в противоположных направлениях.
4. Игрок или команда, занимающие в чемпионате последние места.
7. Смягчение спортсменом толчков, усилий, не совпадающих с направлением его движения, за счет рессорных свойств опорно-двигательного аппарата (упруго-вязких свойств мышц).
10. Совокупность химических процессов в организме, направленных на образование и обновление клеток и тканей.

По вертикали:

2. Футбольный клуб из Тулы и Лондона
3. Отклонение частей тела по отношению друг к другу или всего тела по отношению к спортивному снаряду, измеряемое в градусах.
5. Судья в некоторых видах спорта.
6. Выход мяча за пределы площадки или поля в спортивных играх
8. Способность спортсмена предвидеть (предугадывать) действия и движения соперника и партнера до их реального осуществления
9. Обжалование решения судьи спортивных соревнований в вышестоящий судейский орган.

**Задание на перечисление.**

**26. В литературном произведении «Ода спорту», за которое в 1912 году на конкурсе искусств, посвященном Олимпийским играм, Пьер де Кубертен получил высшую награду - золотую медаль, 9 глав. Впишите в бланк ответов слова, соответствующие названию каждой главы: О СПОРТ! ТЫ ...(название каждой главы)**

**Вопрос – задача.**

**27. Вес Алексея составляет 82 кг, вес Артема составляет 70 кг, а вес Николая – 65 кг. Алексей поднял штангу весом 61,5 кг, Артем - штангу весом 59,5 кг, Николай поднял штангу весом 52 кг. У кого из спортсменов показатель величины относительной силы выше? Почему Вы так считаете?**

**Вы выполнили все задания.  
Перенесите ответы в бланк ответов.**