

**Всероссийская олимпиада школьников по физической культуре
Муниципальный этап****9-10-11 классы код № _____****Инструкция по выполнению заданий**

Задания представлены в форме тестов и определений.

Вопросы даны в закрытой форме, то есть с предложенными вариантами завершения. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильное завершение из предложенных вариантов. Среди них содержатся как правильные, так и неправильные завершения, а также частично соответствующие смыслу утверждения. Правильным является только одно – то, которое наиболее полно соответствует смыслу утверждения. Выбранные варианты отмечаются зачеркиванием соответствующего ответа: «а», «б», «в» или «г»;

Записи должны быть разборчивыми.

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте незнакомые задания вместо их выполнения путем догадки. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии можно вернуться к пропущенному заданию. Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов.

Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ.

На выполнение теоретического задания дается 30 минут.

Правильный ответ оценивается в 1 балл.

Желаем удачи!

1. Как называются упражнения, посредством которых вырабатываются двигательные умения и навыки, находящие применение в обычных условиях профессиональной деятельности или в экстремальных условиях вероятных в ней?

1. Собственно - прикладные упражнения.
2. Общеприкладные упражнения.
3. Профессионально-прикладные упражнения.

2. Положительное влияние физических упражнений на развитие функциональных возможностей организма будет зависеть:

1. От технической и физической подготовленности занимающихся.
2. От особенностей реакций систем организма в ответ на выполняемые упражнения.
3. От величины физической нагрузки, степени напряжения в работе отдельных мышечных групп.

3. Измерение или испытание, проводимое для определения состояния, процессов, свойств или способностей человека называется:

1. Специальное упражнение.
2. Контроль выполнения упражнения.
3. Тестирование.

4. К какой категории физического воспитания относятся гигиенические факторы, естественные силы природы и физические упражнения?

1. Средствам физического воспитания.
2. Задачам физического воспитания.
3. Формам физического воспитания.

5. С помощью какого теста можно определить приспособляемость организма к физической нагрузке?

1. При помощи пробы Штанге.
2. С помощью теста Руфье.
3. С помощью теста Шаповаловой.

6. Результатом выполнения силовых упражнений с большим отягощением является:

1. Быстрый рост абсолютной силы.
2. Повышение функциональных возможностей организма.
3. Укрепление опорно - двигательного аппарата.
4. Увеличение физиологического поперечника мышц.

7. Бег с остановками и изменением направления по сигналу преимущественно способствует совершенствованию:

1. Быстроты реакции.
2. Техники движений.
3. Скоростной силы.
4. Координации движений.

8. Развитию выносливости соответствует режим работы и отдыха, когда каждое следующее упражнение выполняется в фазе:

1. Недовосстановления работоспособности.
2. Полного восстановления работоспособности.
3. Сверхвосстановления.
4. Повышенной работоспособности.

9. Какой император в 394 году нашей эры олимпийские соревнования запретил?

1. Нерон.
2. Геродот.
3. Сулла.
4. Феодосий -1.

10. Судьи и распорядители на Олимпийских играх древности назывались:

1. Олимпионики.
2. Так и назывались судьями.
3. Элладоники.
4. Богами.

11. Какой вид спорта никогда не входил в программы Олимпийских игр Древней Греции

1. Борьба.
2. Плавание.
3. Бег.
4. Метание.

12. Где и когда были проведены первые игры современности

1. 1516 год в Германии.
2. 1869 год во Франции.
3. 1850 год в Англии.
4. 1896 год в Греции.

13. С какого года ведется отсчет зимних олимпийских игр?

1. С 1916 года.
2. С 1920 года.
3. С 1924 года.
4. С 1928 года.

14. В каком году был создан Российский олимпийский комитет?

1. В 1896 году.
2. В 1911 году.
3. В 1960 году.
4. В 1973 году.

15. Признаками какого типа телосложения человека являются короткие конечности, массивная костная система, короткая и толстая шея, короткая грудная клетка, хорошо развитая мускулатура?

1. Гиперстенического типа.
2. Астенического типа.
3. Нормостенического типа.

16. Кифоз позвоночника - это:

1. Изгиб, направленный назад.
2. Изгиб вбок.
3. Изгиб вперед.
4. Отсутствие изгиба.

17. Являются ли витамины источником энергии?

1. Да.
2. Нет.
3. Только некоторые.

18. Гемоглобин - вещество, образующееся в организме человека в результате обмена:

1. Белков.
2. Жиров.
3. Витаминов.
4. Углеводов.

19. Функция дыхательных путей:

1. Обогрев и увлажнение воздуха, защита от пыли и инфекции.
2. Защита от пыли и инфекции, окисление органических веществ.
3. Обогрев и увлажнение воздуха, защита от пыли и инфекции, газообмен.

20. Гормон роста вырабатывает:

1. Поджелудочная железа.
2. Надпочечники.
3. Гипофиз.
4. Гипоталамус.

21. Сколько тайм- аутов разрешается запрашивать в баскетболе?

1. В каждой четверти по одному.
2. В трех четвертях по одному, а в четвертой два.
3. Два за игру.

22. После какого количества командных фолов в «стритболе» команда наказывается пробитием штрафных бросков?

1. Четыре.
2. Пять.
3. Семь.

23. Игроки каких позиций являются игроками передней линии в волейболе.

1. 4, 3, 2 зоны.
2. 1, 2, 3 зоны.
3. 6, 5, 4 зоны.

24. Сколько замен в волейболе разрешается выполнять команде в каждой партии?

1. Сколько угодно.
2. Шесть.
3. Три.

25. Какая сборная команда не пропустила ни одного чемпионата мира по футболу

1. Англия.
2. Италия.
3. Бразилия.
4. Германия.