

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

**Задания в закрытой форме**

**1. Какой вид гибкости проявляется при маховых движениях с большой амплитудой?**

- а. активная статическая;
- б. пассивная статическая;
- в. активная динамическая;
- г. пассивная динамическая.

**2. В каком городе находится Международная Олимпийская академия?**

- а. Лозанна;
- б. Париж;
- в. Олимпия;
- г. Афины.

**3. Ритм как комплексная характеристика техники физических упражнений отражает ...**

- а. закономерный порядок распределения усилий во времени и пространстве, последовательность и меру их изменения (нарастание и уменьшение) в динамике действия;
- б. частоту движений в единицу времени;
- в. взаимодействие внутренних и внешних сил в процессе движения;
- г. точность двигательного действия и его конечный результат.

**4. Какой вид прыжка не может выполняться и с разбега, и с места?**

- а. прыжок в длину;
- б. прыжок в высоту;
- в. тройной прыжок;
- г. прыжок с шестом.

**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. Какая страна будет местом проведения Олимпийских игр в 2022 году?**

- а. Япония;
- б. Южная Корея;
- в. Китай;
- г. Индия.

**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 впервые Олимпийские игры были проведены в Азии...**

- а. в 1960 г.;
- б. в 1964 г.;
- в. в 1968 г.;
- г. в 2008 г.

**9. Какой из приведенных принципов закаливания является наиболее значимым?**

- а. эффективность закаливания зависит от соответствия видов и режимов закаливающих процедур внешним условиям, в которых эти процедуры проводятся (в домашних условиях, на открытом воздухе, в летний или зимний период и т. п.);
- б. эффективность закаливания обеспечивается последовательным и постепенным замещением видов и режимов закаливающих процедур более интенсивными;

- в. эффективность закаливания существенно повышается, если с каждой последующей процедурой интенсивно изменять температуру воды или воздуха;
- г. эффективность закаливания существенно повышается при регулярном чередовании видов закаливающих процедур.

**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. Какой вид соревнований не существовал до Игр I Олимпиады?**

- а. марафонский бег;
- б. современное пятиборье;
- в. толкание ядра;
- г. прыжки с шестом.

**12. Какой метод целесообразно применять для снижения массы тела?**

- а. повторный;
- б. целостного упражнения;
- в. равномерный;
- г. вариативного упражнения.

**13. Какой из видов спорта не имеет пляжного варианта?**

- а. футбол;
- б. регби;
- в. волейбол;
- г. баскетбол.

**14. Когда Всесоюзный совет физической культуры утвердил положение о комплексе ГТО?**

- а. 7 марта 1931 г.;
- б. 24 мая 1931 г.;
- в. 8 июня 1933 г.;
- г. 1 июня 1934 г.

**15. С.Белов, А.Белов, И.Едешко – чемпионы Олимпийских игр по...**

- а. по волейболу;

- б. по борьбе;
- в. по стрельбе;
- г. по баскетболу.

**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. Выносливость человека не зависит от...**

- а. функциональных возможностей систем энергообеспечения;
- б. антропометрических данных человека;
- в. выдержки и умения терпеть утомление;
- г. сократительных свойств мышц.

**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**

**19. Что на теле человека символизирует его силу?**

**20. Как звали победителя Игр в Древней Греции?**

**21. Способность противостоять утомлению в мышечной работе, требующей значительных силовых напряжений, обозначается как...**

**22. Функциональные изменения в организме, обусловленные выполнением упражнений, обозначается как тренировочный...**

**23. Одновременное выполнение несколькими занимающимися разных заданий, обозначается как ..... способ организации занимающихся.**

**24. Закрытая механическая травма мягких тканей с нарушением их анатомической целостности в результате действия сил, превышающих предел эластичности этих тканей, обозначается как...**

**Задания, связанные с сопоставлением**

**25. Установите соответствие между президентом МОК и событием олимпийской истории, пришедшимся на годы его президентства.**

<b>Событие</b>	<b>Президент</b>
1) Выбор Москвы в качестве столицы Игр XXII Олимпиады	а) Деметриус Викелас
2) Введение в программу Олимпийских игр конкурсов искусств	б) Пьер де Кубертен
3) Проведение Игр I Олимпиады современности	в) Майкл Моррис Килланин
4) Принятие решения о проведении Олимпийских зимних игр через два года после Игр Олимпиад	г) Хуан Антонио Самаранч

**26. Установите соответствие между видом спорта и названием места, где проходят соревнования.**

<b>Вид спорта</b>	<b>Место</b>
1) велоспорт	а) ковер
2) вольная борьба	б) трек
3) лыжные гонки	в) корт
4) теннис	г) трасса

**27. Установите соответствие между классификацией физических упражнений и их признаками.**

<b>Признак</b>	<b>Классификация</b>
1) по признаку спортивной	а) упражнения для мышц ног,

специализации	рук, туловища
2) по анатомическому признаку	б) силовые упражнения, скоростно-силовые упражнения, скоростные упражнения
3) по биомеханическому признаку	в) обще-подготовительные упражнения, специально-подготовительные, соревновательные упражнения
4) по преимущественному проявлению отдельных физических качеств	г) циклические, ациклические

**Задание алгоритмического толка**

**28. Установите последовательность действий в подготовительной части урока.**

- а) общая разминка;
- б) специальная разминка;
- в) вводный ритуал;
- г) установочные действия.

**Задания, связанные с перечислением**

**29. Перечислите виды спорта, входящие в состав триатлона...**

**30. Перечислите классические одновременные лыжные ходы. ...**

**Задание, связанное с графическим изображением**

**31. Изобразите графически:**

- а. стойка на лопатках
- б. стойка ноги врозь, руки вверх
- в. присед руки вперед
- г. сед углом руки в стороны
- д. полуприсед руки в стороны
- е. упор лежа

### Задание-кроссворд

32. Решите кроссворд, записав ответы-слова.

**По вертикали:**

1. Чем награждали победителя в Древней Греции?
2. Как называется футбол на воде?
3. Другое название кулачному бою.

**По горизонтали:**

4. Спортсмен, одержавший победу в соревнованиях.
5. Покрытая льдом спортивная площадка.
6. Определенное место, с которого начинается соревнование.



