

11. Какие виды спорта должны были быть впервые представлены на XXXII летних Олимпийских играх в Токио в 2020 году? Отметьте все позиции.

- а. скейтбординг; б. спортивное скалолазание;
в. карате; г. серфинг.

12. В каких итальянских городах планируется провести XXV Зимние Олимпийские игры 2026 года, согласно решения 134-й сессии МОК, прошедшей 24 июня 2019 года в Лозанне (Швейцария)? Отметьте все позиции.

- а. Венеция; б. Кортина-д'Ампеццо;
в. Реджо-ди-Калабрия; г. Милан.

13. В программу каких Олимпийских игр в первый и, на настоящий момент, единственный раз в истории были включены гонки на собачьих упряжках?

- а. VI зимние Олимпийские игры, Осло, Норвегия, 1952 г.
б. V зимние Олимпийские игры, Санкт-Мориц, Швейцария, 1948 г.
в. III Зимние Олимпийские игры, Лейк-Плэсид, США, 1932 г.
г. X зимние Олимпийские игры, Гренобль, Франция, 1968 г.

14. Где нарезается лыжня на трассах для соревнований только коньковым ходом (стилем)?

- а. на подъеме; б. на равнинной местности;
в. на спуске; г. на первых 200 м трассы.

15. Чем лыжник должен пересечь финишный створ на соревнованиях по лыжным гонкам, чтобы ему засчитали результат (финиш)?

- а. любой частью голени; б. любой частью тела;
в. любой частью лыж; г. любой частью лыжных палок.

16. Какие ведущие типы культуры тесно взаимодействуют с физической культурой? Отметьте все позиции.

- а. этническая культура; б. материальная культура;
в. духовная культура; г. социально-политическая культура.

17. Какая функция является ведущей и пронизывает все типы общественных функций физической культуры?

- а. политическая; б. нравственная;
в. духовная; г. педагогическая.

18. Структура метода регулирования физической нагрузки в себя включает ... Отметьте все позиции.

а. отдых; б. методику; в. интенсивность; г. объем.

19. Укажите особенности игрового метода физического воспитания. Отметьте все позиции.

а. соперничество; б. наличие сюжета;
в. высокая эмоциональность; г. строгое дозирование нагрузки.

20. Комплекс функциональных и органических изменений и болезненных симптомов, развивающихся в результате рассогласования деятельности отдельных систем и организма в целом с внешней средой, это ...

а. гипокINETическая болезнь; б. синдром хронической усталости;
в. брадикардия; г. тахикардия.

21. Состояния, связанные с уменьшением содержания глюкозы в крови спортсменов во время длительных нагрузок, это ...

а. гипергликемические; б. гипогликемические;
в. гипертонические; г. гипотонические.

Б) Задания в открытой форме

Завершите высказывание, вписав соответствующее определение в бланк ответов.

22. Олимпийская парусная регата на Играх XXII Олимпиады (1980 г.) проходила в городе

23. Регулируемая сознанием человека двигательная активность, направленная на достижение определенной цели, называется ...

24. Перемещение того или иного звена тела на заданное расстояние с минимальными затратами времени называется ...

25. Вид спорта, представляющий собой командную игру с мячом на каяках (байдарках), называется ...

26. Количественный показатель состояния физического здоровья, отражающий уровень физического развития и функциональных возможностей организма, качество образа жизни, состояние иммунитета, называется ...

В) Задания «на соответствие»

27. Сопоставьте названия и описания методов развития физических качеств, вписав буквы в соответствующие поля бланка ответов.

1. Стандартно-непрерывный (равномерный)	а. выполнение упражнений с использованием интервалов отдыха, используется для развития специальных видов выносливости, скоростных, скоростно-силовых способностей
2. Интервальный	б. определенным образом упорядоченная двигательная деятельность в соответствии с образным или условным «сюжетом»
3. Игровой	в. выполнение упражнений без интервалов отдыха, используется для развития аэробной и смешанной выносливости
4. Переменно-непрерывный	г. используется для развития скоростных способностей (например 4x400 м с интервалом отдыха 30 секунд или повторное пробегание 10' - 8' - 6', отдых 7' - 6' - 5', повторить 3 серии);
5. Повторный	д. варьирование интенсивности в процессе достаточно длительной нагрузки, без интервалов отдыха (фартлек - игра скоростей, кросс)

28. Сопоставьте спортивные игры и названия временных игровых отрезков, вписав буквы в соответствующие поля бланка ответов.

1. футбол	а. энд
2. баскетбол	б. сет
3. хоккей	в. тайм
4. теннис	г. раунд
5. бокс	д. четверть
6. керлинг	е. период

Г) Задания процессуального или алгоритмического типа

29. Расположите по порядку фазы в технике нападающего удара с поворотом туловища в волейболе.

- выполнение нападающего удара в новом направлении, не совпадающем с продолжением направления разбега;
- выполняется (разбег, прыжок, замах);
- поворот тела в безопорном положении вправо или влево;
- при ударе с переводом вправо (или влево) игрок оставляет мяч с правой (левой) стороны ударной зоны (он не долетает до игрока, игрок немного пропускает его).

30. Расположите по порядку движения при выполнении упражнения «подъем в упор силой» на перекладине из и. п. вис.

- быстро перевести одну руку в упор локтем вперед;
- разгибая руки, выйти в упор;
- подтянуться, слегка сгибаясь в тазобедренных суставах;
- не задерживаясь, подавая плечи вперед, перевести другую руку в упор.

Д) Задания, связанные с перечислением

31. Перечислите классические лыжные ходы.

32. Перечислите нарушения правил в баскетболе, которые не рассматриваются как фол и не влекут за собой назначение штрафного броска.

Е) Задания с графическими изображениями двигательных действий

33. Изобразите с помощью пиктограмм исходные положения физических упражнений.

Ж) Задание-кроссворд

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

По горизонтали		По вертикали	
1.	Мышцы, которые в определенном суставном движении противостоят, тянут звено приблизительно в противоположном направлении	2.	Совокупность освоенных приемов, которыми пользуется спортсмен для достижения победы в соревнованиях
4.	Игрок или команда, занимающие в чемпионате последние места	3.	Наибольшее отклонение от нулевого значения величины (тело спортсмена, часть его тела, спортивный снаряд), совершающей колебания по определенному закону
7.	Смягчение спортсменом толчков, усилий, не совпадающих с направлением его движения, за счет рессорных свойств опорно-двигательного аппарата (упруго-вязких свойств мышц)	5.	Судья в некоторых видах спорта
10.	Совокупность химических процессов в организме, направленных на образование и обновление клеток и тканей	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 в форме протеста

З) Задание-задача

35. Расположите команды в соответствии с занятыми местами.

За победу в матче команда получает – 3 очка, за поражение – 1 очко.

При равенстве количества побед у двух и более команд места определяются последовательно по: а) количеству очков, б) соотношению забитых и

пропущенных мячей, в) соотношению побед, г) по результатам личной встречи. Если при распределении мест между командами, имеющими равные показатели по одному из вышеуказанных пунктов, определилось место одной или нескольких команд, а другие вновь имеют одинаковые показатели, то места между ними вновь определяются последовательно по пунктам «а», «б», «в», «г».

№	Команда	1	2	3	4	5	очки	место
1	А		29:27	25:12	13:25	21:25		
2	Б	27:29		25:18	12:25	25:19		
3	В	12:25	18:25		12:25	27:25		
4	Г	25:13	25:12	25:12		25:13		
5	Д	25:21	19:25	25:27	13:25			

Вы выполнили все задания.

Перенесите ответы в бланк ответов

БЛАНК ОТВЕТОВ

А) Задания в закрытой форме

№ вопроса	Варианты ответов				№ вопроса	Варианты ответов			
1	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	12	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
2	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	13	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
3	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	14	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
4	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	15	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
5	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	16	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
6	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	17	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
7	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	18	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
8	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	19	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
9	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	20	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
10	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	21	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
11	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г					

Б) Задания в открытой форме

22	_____	23	_____
24	_____	25	_____
26	_____		

В) Задания «на соответствие»

27

1	2	3	4	5

28

1	2	3	4	5	6

Г) Задания процессуального или алгоритмического типа

29	<input type="checkbox"/>	30	<input type="checkbox"/>								
----	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	----	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------

Д) Задания, связанные с перечислением

31. _____

32. _____

Е) Задания с графическими изображениями двигательных действий

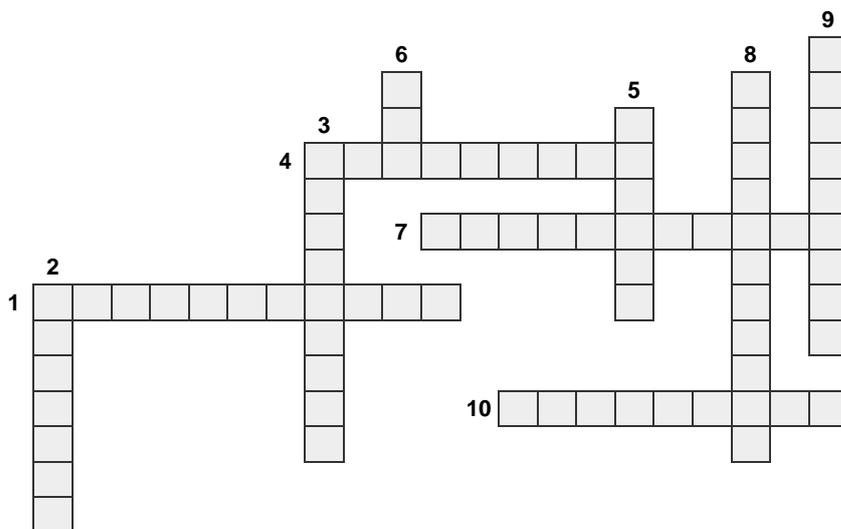
33. Изобразите с помощью пиктограмм исходные положения физических упражнений.

Описание	Изображение
Наклон назад, руки на пояс	
Наклон вперёд, руки вверх	

Упор стоя согнувшись	
Упор лёжа на согнутых руках	
Упор лёжа сзади	
Упор стоя на коленях	
Сед углом, руки в стороны	

Ж) Задание-кроссворд

34.



3) Задание-задача

35. Решение:

Ответ:

Оценка (слагаемые и сумма) _____
 Подписи членов жюри