

Всероссийская олимпиада школьников по физической культуре
Муниципальный этап
Тест для 9-11 классов

код участника _____

Выберите один верный ответ в каждом задании 1-23.

1. Какие виды лыжного спорта были включены в программу первых зимних Олимпийских игр во Франции в 1924 г.?

- А) лыжные гонки, спуск с горных вершин, слалом;
- Б) лыжное двоеборье, зимнее спортивное ориентирование, биатлон;
- В) прыжки на лыжах с трамплина, биатлон, лыжные гонки;
- Г) лыжные гонки, прыжки с трамплина, лыжное двоеборье.

2. В каком году фристайл стал олимпийским видом спорта?

- А) в 1992 г.;
- Б) в 1988 г.;
- В) в 1984 г.;
- Г) в 1998 г.

3. О технике какого лыжного хода идет речь: «Цикл этого хода состоит из двух скользящих шагов, при выполнении которых лыжник делает два попеременных отталкивания руками. Каждый скользящий шаг разделен на два периода-скольжения лыжи, когда лыжник скользит на ней, и неподвижного положения лыжи (период стояния), когда вслед за скольжением происходит остановка лыжи перед отталкиванием»?

- А) одновременный двухшажный;
- Б) коньковый;
- В) попеременный двухшажный;
- Г) одновременный бесшажный.

4. В каком году был утвержден Международный олимпийский комитет и впервые поднят Олимпийский флаг?

- А) в 1906 г.;
- Б) в 1913 г.;
- В) в 1924 г.;
- Г) в 1980 г.

5. Какой вид футбола стал серьезно развиваться в 1980-е гг.?

- А) женский футбол;
- Б) мини-футбол;
- В) пляжный футбол;
- Г) футбол на снегу.

6. Результаты занятий физическими упражнениями зависят главным образом от

- А) длительности и частоты выполнения;
- Б) скорости и амплитуды выполнения;
- В) физических данных;
- Г) объема и интенсивности нагрузки.

7. Как называется наука, ищущая способы беспредельного продления молодости?

- А) валеология;
- Б) ювенология;
- В) полиология;
- Г) векология.

8. Наиболее уязвимое место при старении:

- А) нейроны мозга;
- Б) сердечная мышца;
- В) мышечный корсет;
- Г) кровеносная система.

9. Как называется главный документ любых соревнований?

- А) регламент;
- Б) протокол;
- В) положение;
- Г) заявка.

10. Какая международная организация была образована в 1913 г. для решения проблем развития спорта для всех слоев населения? Главная задача данной организации - добиться массового занятия физкультурой и спортом как для достижения высоких результатов, так и для поддержания здоровья и организации спортивного досуга.

- А) Европейская неправительственная спортивная организация (ЕНГСО);
- Б) Международная ассоциация спортивной информации (ИАСИ);
- В) Международный совет военного спорта (СИЗМ);
- Г) Международная конференция рабочего спорта (КОНТ).

11. В каком году сборная Советского союза по хоккею впервые обыграла сборную Канады (действующих олимпийских чемпионов)?

- А) 1986 г.;
- Б) 1972 г.;
- В) 1992 г.;
- Г) 2008 г.

12. О каких заболеваниях предупреждает бледный, голубовато-зеленый цвет кожи лица?

- А) заболеваниях желудка, селезенки;
- Б) заболеваниях поджелудочной железы;
- В) патологиях печени;
- Г) нарушениях гормональной системы.

13. Единственным спортсменом, удостоенным награды высшей пробы за спортивные достижения (герой Российской Федерации) был

- А) Александр Карелин;
- Б) Александр Попов;
- В) Валерий Харламов;
- Г) Лев Яшин.

14. Предмет, изучающий на основе моделей и методов механики механические свойства живых тканей, отдельных органов или организма в целом, а также происходящие в них механические явления, называется

- А) анатомия;
- Б) биология;
- В) спортивная медицина;
- Г) биомеханика.

15. С помощью какой пищи можно стимулировать деятельность мозга?

- А) злаки и бобы;
- Б) какао и шоколад;
- В) морепродукты и овощи;
- Г) орехи и сухофрукты.

16. Какой из показателей, характеризующих телосложение человека, представляет собой совокупность морфологических и функциональных признаков, унаследованных и приобретенных, обуславливающих особенности реактивности организма, специфику обмена веществ и динамику онтогенеза?

- А) тотальные размеры тела;
- Б) пропорции тела;
- В) конституционные особенности;
- Г) возрастные особенности.

17. Показатели статической выносливости и силы мышц взаимосвязаны. Выберите верную взаимосвязь.

- А) чем больше максимальная произвольная сила конкретной мышечной группы, тем выше ее абсолютная статическая выносливость;
- Б) чем меньше максимальная произвольная сила конкретной мышечной группы, тем выше ее абсолютная статическая выносливость;
- В) чем больше максимальная произвольная сила конкретной мышечной группы, тем ниже ее абсолютная статическая выносливость.

18. Выберите вид спорта, который не относится к интеллектуальному спорту.

- А) шахматы;
- Б) рэндзю;
- В) керлинг;
- Г) компьютерный спорт.

19. Какой из видов конного спорта представляет собой скачку с препятствиями по пересеченной местности до заранее определенного пункта?

- А) выездка;
- Б) конкур;
- В) стипль-чез;
- Г) скачки.

20. О каком виде аэробики идет речь: « ... - это упражнения на скользкой доске, похожие на движения конькобежца укрепляющие мышцы бедер»?

- А) сайкл-аэробика;
- Б) слайд-аэробика;
- В) степ-аэробика;
- Г) памп-аэробика.

21. Продолжите: «Для предупреждения спортивных травм ...»

- А) необходимо использовать всевозможную защиту;
- Б) важна правильная организация тренировок;
- В) лучше сидеть на скамейке запасных;
- Г) стоит подобрать правильную экипировку.

22. Какая страна в 2001 г. стала первой страной, признавшей компьютерные игры видом спорта?

- А) Великобритания;
- Б) Китай;
- В) Россия;
- Г) Япония.

23. В каком году русские спортсмены стартовали в Олимпийских играх?

- А) в 1986 г.;
- Б) в 1908 г.;
- В) в 1924 г.;
- Г) в 1980 г.

Расположите предложенные фрагменты в правильной последовательности в задании 24.

24. С физиологической точки зрения загар является защитой молекул ДНК от агрессии ультрафиолетовых лучей солнца. В какой последовательности функционируют эти защитные механизмы?

- А) изменение пигментации кожи за счет образования меланина с помощью витамина Д с целью поглощения ультрафиолетовых лучей;
- Б) потоотделение, в процессе которого фильтруются ультрафиолетовые лучи;
- В) утолщение верхнего, рогового слоя кожи (появление так называемой «световой мозоли» с тем, чтобы пропускать меньше солнечных лучей.

Ответ: _____

Выберете несколько верных ответов в задании 25-28.

25. Перечислите. Бальбис в Древней Греции это -

- А) стартовая линия в беге, продолговатый порожек;
- Б) место для банных процедур после выступлений;
- В) снаряд для метаний;
- Г) место метания диска в пятиборье.

Ответ: _____

26. В XXI веке Европейский футбольный союз разработал требования к стадионам, претендующим на проведение международных матчей. Выберите необходимые требования из указанных ниже:

- А) вместимость не менее 12 тыс. зрителей (треть зрителей должна находиться под навесом);
- Б) вместимость не менее 20 тыс. зрителей (все зрители должны находиться под навесом);
- В) освещенность 1200 люкс;
- Г) подогрев поля (где это необходимо по климатическим условиям);
- Д) наличие специальных кабинетов;
- Е) наличие двух независимых систем энергоснабжения;
- Ж) наличие системы вентиляции и водопровода.

Ответ: _____

27. Под влиянием каких факторов развивается утомление? Выберите несколько вариантов ответов.

- А) продолжительность работы;
- Б) монотонность работы;
- В) нарушение режима дня;
- Г) неправильное питание;
- Д) эргономические факторы (климат, шум и т.д.);
- Е) состояние психики;
- Ж) интенсивность работы.

Ответ: _____

28. Выберите варианты ответа. Чтобы исключить травмы при проведении соревнований по волейболу, баскетболу, футболу, следует придерживаться следующих рекомендаций:

- А) все участники должны быть в одинаковой спортивной форме;
- Б) соревнования проводить на спортивных площадках и в залах стандартных размеров, отвечающих требованиям правил игры;
- В) соревнования проводить только на новых спортивных площадках и залах;
- Г) перед игрой необходимо снять все украшения;

- Д) перед игрой необходимо снять очки;
 Е) ногти на руках должны быть коротко острижены;
 Ж) во время игры следует соблюдать дисциплину, выполнять требования и указания судьи, преподавателя, тренера.

Ответ: _____

Установите соответствие между элементами в задании 29-30 .

29. Установите соответствие между названиями видов спорта и спортивных трофеев:

- | | |
|--------------|--------------------------|
| А) хоккей | 1. кубок Стэнли |
| Б) футбол | 2. кубок Дэвиса |
| В) теннис | 3. кубок FIFA |
| Г) баскетбол | 4. кубок Ларри О`Брайена |

Ответ: _____

30. Установите соответствие между спортивными терминами и их определениями:

А) Дзюбанго	1. Бой с участием многих участников, который проводится до тех пор, пока не останется только один боец.
Б) Олимпийская система	2. Обозначающий длительный матч из десяти партий. Одна из традиционных форм проведения матчей между игроками высокого уровня.
В) Система Гундерсена	3. Система розыгрыша при которой участник (команда) выбывает из турнира после одного или нескольких поражений.
Г) Battle royal	4. Способ розыгрыша первенства в последнем виде многоборья.

Ответ: _____