

**ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ**  
**по предмету «Физическая культура»**  
**МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП 2022/2023 учебный год**  
**9-11 класс**

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ**

**Время выполнения задания – 45 минут.**

Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ.

Оценка ответов участников Олимпиады по теоретико-методическому заданию определяется по сумме баллов, полученных за каждый верный ответ в тесте. Правильное решение задания в **закрытой форме** с выбором одного правильного ответа оценивается в **1 балл**, неправильное – 0 баллов. Правильное решение задания в **открытой форме** оценивается в **1 балла**, неправильный – 0 баллов. В заданиях **на соответствие** каждый правильный ответ оценивается в **1 балл**, а каждый неправильный - 0 баллов. Правильное решение задания **процессуального или алгоритмического толка** оценивается в **2 балла**, неправильное решение - 0 баллов. В заданиях, связанных с **перечислениями** или описаниями, каждая верная позиция оценивается в **0,5 балла** (квалифицированная оценка).

1 балл x 23 = 23 баллов (в закрытой форме);

1 балл x 5 = 5 баллов (в открытой форме);

1 балла x 2 = 2 балла (задания на соответствие);

2 балла x 2 = 4 баллов (задания процессуального толка);

2,5 балла x 1 = 2,5 балла (задание с перечислениями)

3,5 балла x 1 = 3,5 балла (задание с перечислениями)

В совокупности теоретико-методическое задание оценивается в **40 баллов**.

**Задания в закрытой форме**

**1. Упражнения, где сочетаются качества – быстрота и сила, называются:**

А. Групповыми;

Б. Для развития скоростно-силовой выносливости;

В. Скоростно-силовыми;

Г. Общеразвивающими.

**2. Недостаток витаминов в организме человека называется:**

А. Авитаминоз;

Б. Гипервитаминоз;

В. Гиповитаминоз;

Г. Бактериоз.

**3. Бег по пересеченной местности называется:**

А. Стипель-чез;

Б. Марш-бросок;

- В. Кросс;
  - Г. Челночный бег.
- 4. В баскетболе запрещены:**
- А. Игра руками;
  - Б. Игра под кольцом;
  - В. Игра ногами;
  - Г. Броски в кольцо.
- 5. Какую награду получали победители Олимпийских игр в Токио?**
- А. Денежное вознаграждение;
  - Б. Медаль;
  - В. Венок из ветвей оливкового дерева;
  - Г. Звание аристократа.
- 6. Международный олимпийский день ежегодно отмечается:**
- А. 23 февраля;
  - Б. 10 мая;
  - В. 23 июня;
  - Г. 15 сентября.
- 7. С какого года проводится эстафета олимпийского огня?**
- А. 1890 год;
  - Б. 1914 года;
  - В. 1936 года;
  - Г. 1996 года.
- 8. Развитию выносливости соответствует режим работы и отдыха, когда каждое последующее упражнение выполняется в фазе:**
- А. Неполного восстановления работоспособности;
  - Б. Полного восстановления работоспособности;
  - В. Сверхвосстановления;
  - Г. Повышенной работоспособности.
- 9. Основными средствами физического воспитания являются:**
- А. Учебные занятия;
  - Б. Физические упражнения;
  - В. Средства обучения;
  - Г. Средства закаливания.
- 10. В каком году и в каком городе состоялись XXII летние Олимпийские игры современности?**
- А. 1972г., Мюнхен;
  - Б. 1980г., Москва;
  - В. 1988г., Сеул;
  - Г. 1976г., Монреаль.

**11. Это изречение: «Проведение Олимпийских игр означает возрождение истории» принадлежит?**

- А. Президенту МОК Зигфрид Эдстрему;
- Б. Президенту США Рузвельту;
- В. Пьеру де Кубертену;
- Г. Епископу собора Святого Петра.

**12. Назовите вид спорта, который обеспечивает наибольший эффект при развитии гибкости?**

- А. Гимнастика;
- Б. Футбол;
- В. Гребля;
- Г. Баскетбол.

**13. Назовите вид спорта, который именуется как «Спорт номер один»?**

- А. Самбо;
- Б. Баскетбол;
- В. Бокс;
- Г. Футбол.

**14. Назовите вид спорта, в котором победа определяется лимитированным конечным счетом?**

- А. Футбол;
- Б. Теннис;
- В. Хоккей;
- Г. Пляжный футбол.

**15. Назовите вид спорта, в котором нет необходимости в инвентаре:**

- А. Футбол;
- Б. Спортивная ходьба;
- В. Стрельба;
- Г. Лыжный спорт.

**16. Какая должна быть высота сетки в волейболе для женщин?**

- А. 2м 24см;
- Б. 2м 25см;
- В. 2м 27см;
- Г. 2м 20см.

**17. Волейбол как спортивная игра появился в конце XIX века:**

- А. В Канаде;
- Б. В Японии;
- В. В США;
- Г. В Германии.

**18. В волейболе игрок, находящийся в 1-й зоне, при переходе перемещается в зону:**

- А. 2;
- Б. 3;
- В. 5;
- Г. 6.

**19. Какого цвета полотнище, на котором расположен олимпийский символ, представляющий собой пять переплетенных колец, расположенных слева направо?**

- А. Зеленый;
- Б. Черный;
- В. Белый;
- Г. Фиолетовый.

**20. Что символизируют собой пять олимпийских колец, расположенных на белом полотнище?**

- А. Пять принципов олимпийского движения;
- Б. Основные цвета флагов стран-участниц Игр Олимпиады;
- В. Союз континентов и встречу спортсменов на Олимпийских играх;
- Г. Повсеместное становление спорта на службу гармонического развития человека.

**21. Высота футбольных ворот составляет:**

- А. 240 см;
- Б. 244 см;
- В. 248 см;
- Г. 250 см.

**22. В каком году был утвержден Олимпийский флаг белое полотнище, в центре которого расположен Олимпийский символ в пяти цветах?**

- А. 1898 году;
- Б. 1911 году;
- В. 1923 году;
- Г. 1914 году.

**23. Впервые на Олимпийских играх в Мехико – появился талисман. А под каким талисманом и какие игры проходили в Сочи?**

- А. XIX – ягуар;
- Б. XXII – леопард, белый мишка и заяка;
- В. XXIII – леопард, белый мишка и заяка;
- Г. XXIII – орленок.

### Задания в открытой форме

(Завершите определение, вписав соответствующее слово в бланк ответов)

24. По определению Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), оптимальное состояние физического, психического и социального благополучия \_\_\_\_\_ человека

25. Основу здорового образа жизни (ЗОЖ) составляют рациональное питание, личная гигиена и \_\_\_\_\_

26. Нарушение в организме функций сердечно-сосудистой, дыхательной, пищеварительной систем, опорно-двигательного аппарата вследствие снижения уровня двигательной активности \_\_\_\_\_

27. Подготовительная часть урока физической культуры, тренировочного занятия; выполнение специальных упражнений для подготовки организма спортсмена к предстоящим соревнованиям \_\_\_\_\_

28. Наблюдение спортсмена за состоянием своего здоровья, уровнем физической подготовленности и физического развития в процессе спортивной подготовки \_\_\_\_\_

### Задания на соответствие понятий

29.

<b>Понятия</b>	<b>Характеристики</b>
А. Футбол	1. «Чистое» время – 10 минут Количество игроков: 3х3. Овертайм до победы.
Б. Волейбол	2. Основное время – 90 минут Количество игроков: 11х11 Дополнительное время, пенальти. Ничья допускается.
В. Стритбол	3. Время игры до 3-х побед одной команды. Количество игроков: 6х6 Ничья невозможна.
Г. Хоккей	4. Три периода по 20 минут. Потом 5 минутный овертайм. Ничья невозможна.

30.

<b>Понятия</b>	<b>Характеристики</b>
А. Баскетбол	1. Площадка.
Б. Тяжелая атлетика	2. Стол.
В. Пляжный футбол	3. Помост.
Г. Настольный теннис	4. Поле.

**Задания процессуального или алгоритмического толка**

**31. Особый порядок проведения Олимпийских игр предусматривает ритуал Олимпиады. Президент МОК предлагает главе государства объявить Олимпийские игры открытыми. Установите правильную последовательность действий.**

- А. На арене появляется спортсмен, который передаёт огненную эстафету другому, зажигающему традиционный священный огонь;
  - Б. Над стадионом раздаются торжественные звуки фанфар;
  - В. Организаторы прошлой Олимпиады официально передают Олимпийский флаг президенту МОК, а тот вручает его главе города – хозяину Олимпиады;
  - Г. Восемь спортсменов в сопровождении почетного эскорта вносят развёрнутый Олимпийский флаг;
  - Д. Исполняется Олимпийский гимн, флаг поднимается над стадионом;
  - Е. Над стадионом звучит “Ода спорту”, написанная Пьером де Кубертенем;
  - Ё. Затем следуют массовые выступления спортсменов;
  - Ж. Клятву произносит представитель от судей;
3. Один из лучших спортсменов от имени всех участников Игр произносит клятву - выступать в честных соревнованиях, уважая правила.

**32. Для оказания первой доврачебной помощи при тепловом ударе необходимо принять следующие меры:**

- А. Дать понюхать пострадавшему ватку, смоченную нашатырным спиртом;
- Б. Вызвать скорую помощь;
- В. Положить холодный компресс на голову и грудь пострадавшему;
- Г. Перенести пострадавшего в прохладное место;
- Д. Снять с пострадавшего стесняющую одежду;
- Е. Дать пострадавшему холодную подсоленную воду или холодный сладкий чай примерно 100-150мл.

**Задания с перечислениями или описаниями**

**33. Перечислите города, которые будут принимать Олимпийские игры в 2024, 2028 и 2032 годах.**

**34. Перечислите амплуа игроков в футболе.**