

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ
2020–2021 учебный год
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР
9–11 классы

Инструкция по выполнению заданий

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к уровню знаний учащихся общеобразовательных школ по предмету «Физическая культура».

Задания объединены в 4 группы:

I. Задания с выбором одного правильного ответа. При выполнении этих заданий необходимо выбрать единственно правильный вариант из предложенных. Среди вариантов могут встретиться частично правильные, не подходящие в качестве ответа. Правильным является только один – тот, который наиболее полно соответствует смыслу утверждения. Выбранный вариант отмечается зачёркиванием соответствующего квадрата в бланке работы: «а», «б», «в» или «г». Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте задания, которые не удаётся выполнить сразу. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенным заданиям. Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 1 балл.

II. Задания, в которых необходимо вписать ответ. При выполнении этих заданий необходимо самостоятельно подобрать недостающие слова, чтобы получилось верное утверждение. Подобранные слова вписывайте в соответствующую графу бланка работы. Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2 балла.

III. Задания на установление соответствия между понятиями. Каждое верное утверждение этой группы оценивается в 1 балл.

IV. Задание на установление правильной последовательности слов. Правильно установленная последовательность оценивается в 3 балла.

Контролируйте время выполнения задания. Полноценное выполнение третьей, четвёртой групп заданий может потребовать больше времени.

Время выполнения всех заданий – 45 минут. Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов. Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ.

Желаем успеха!

I. Задания с выбором одного правильного ответа.

1. Каким событием для олимпийского движения ознаменован 1952 год?

- а) состоялись первые Олимпийские игры современности;
- б) состоялся дебют команды СССР;
- в) впервые в соревнованиях приняли участие женщины;
- г) было показано максимальное количество рекордных результатов.

2. Кто представляет страну на Олимпийских играх в соответствии с Олимпийской хартией?

- а) национальный олимпийский комитет;
- б) президент страны;
- в) национальные спортивные федерации;
- г) Министерство спорта.

3. Какая страна будет местом проведения Олимпийских игр 2022 года?

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

4. Как называлась дистанция на Олимпийских играх в Древней Греции, по преданиям, соответствующая 600 стопам Геракла?

- а) спринт;
- б) эстафета;
- в) стадиий;
- г) марафон.

5. Какой из видов спорта относится к категории спортивных игр?

- а) теннис;
- б) фехтование;
- в) скалолазание;
- г) дзюдо.

6. Как называют резкое кратковременное увеличение темпа движения походу дистанции как тактический приём в беге на 2000 м?

- а) спурт;
- б) старт;
- в) форсаж;
- г) гипертрофия.

7. К какой категории относятся гигиенические факторы, естественные силы природы и физические упражнения?

- а) формы физической культуры;
- б) функции физической культуры;
- в) методы физической культуры;
- г) средства физической культуры.

8. Какие из перечисленных методов можно отнести к методам словесного воздействия? а) счёт во время выполнения упражнения;

- б) хлопки для задания ритма упражнения;
- в) сигнал свистком для начала игры;
- г) выстрел на старте дистанции.

9. Какое из представленных определений сформулировано верно?

- а) физическое совершенство – это естественный процесс изменения морфофункциональных свойств организма на протяжении индивидуальной жизни;
- б) физическое совершенство – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия;
- в) физическое совершенство – образ жизни отдельного человека с целью профилактики болезней и укрепления здоровья;
- г) физическое совершенство – это оптимальная мера всесторонней физической подготовленности и гармоничного физического развития, соответствующая требованиям общества.

10. Какой из методов физического воспитания предусматривает непрерывное выполнение физического упражнения?

- а) повторный;
- б) интервальный;
- в) равномерный;
- г) наглядный.

11. Какой вид спорта включён в программу зимних Олимпийских игр?

- а) хоккей на траве;
- б) скелетон;
- в) современное пятиборье;
- г) триатлон.

12. Как называется нарушение осанки, характеризующееся изгибом позвоночника в сторону?

- а) кифотическая осанка;
- б) сколиотическая осанка;
- в) осанка изогнутого вида;
- г) осанка наклонного вида.

13. Какое упражнение используется для оценки уровня выносливости на V ступени ВФСК ГТО?

- а) плавание 50 м;
- б) подтягивание на высокой или низкой перекладине;
- в) бег на дистанцию 100 м;
- г) бег на дистанцию 2000 м или 3000 м.

14. Как называется положение занимающегося на снаряде, когда его плечи находятся выше точки опоры?

- а) упор;
- б) вис;
- в) стойка;
- г) сед.

15. Как называется процесс воспитания физических качеств и способностей к определённой деятельности?

- а) физическая готовность;
- б) физическая подготовка;
- в) физическое совершенство;
- г) физическое развитие.

II. Задания, в которых необходимо вписать ответ. Завершите определение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.

16. Напишите имя и фамилию президента Международного олимпийского комитета.

17. Как терминологически верно называется прыжок с брусьев в гимнастике?

18. Как называется комплексная система оздоровительных мероприятий и воздействий на организм с использованием естественных сил природы?

19. Как называется способность выполнять физические упражнения с максимальной амплитудой за счёт внешних сил?

20. Вид спорта, в котором кубок Конфедераций проходил в нашей стране за один год до Чемпионата мира-2018.

III. Задания на установление соответствия между понятиями.

21. Установите соответствие между показателями функционирования организма и единицами их измерения.

1. ЖЁЛ	А. мм рт. столба
2. ЧСС	Б. секунды
3. проба Штанге	В. миллиметр
4. проба Генчи	Г. удары в минуту
5. АД	

22. Установите соответствие между техническими приемами и видами спорта

1 рывок	А дзюдо
2 бросок	Б волейбол
3 хук	В тяжёлая атлетика
4 пенальти	Г бокс
5 подача	Д футбол

23. Установите соответствие между физическими качествами и видами спорта, в которых они преимущественно проявляются.

1 быстрота	А художественная гимнастика
2 гибкость	Б лыжные гонки
3 сила	В тяжёлая атлетика
4 выносливость	Г прыжки в воду
5 ловкость	Д лёгкая атлетика, бег на короткие дистанции

IV. Задание на установление правильной последовательности слов.**24. Установите правильную последовательность слов в определении понятия общей выносливости.**

- а) работе
- б) к продолжительной
- в) интенсивности
- г) способности
- д) и эффективной
- е) умеренной

Бланк ответа

I. Задания с выбором одного правильного ответа

№ вопроса	Варианты ответов			
	А	Б	В	Г
1				
1				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				

II. Задания в открытой форме.

№ Вопроса	Ответ
16	
17	
18	
19	
20	

III. Задания на установление соответствия между понятиями

21.

1	2	3	4	5

22.

1	2	3	4	5

23.

1	2	3	4	5

IV. Задания на установление правильной последовательности слов.

24.

1	2	3	4	5