

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ  
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА 2020–2021 уч. г.  
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР

9–11 классы

**Максимальное количество баллов – 47.**

Задания в закрытой форме, т. е. с предложенными вариантами ответов (а, б, в, г) оцениваются в **1 балл**, неправильно выполненное задание – **0 баллов**.

Задания в открытой форме, т. е. без предложенных вариантов ответов: правильное утверждение оценивается в **2 балла**, неправильное – **0 баллов**.

Задания на установление соответствия между понятиями: каждое верное утверждение этой группы оценивается в **1 балл**, неправильное – **0 баллов**.

Задание на установление правильной последовательности слов. Правильно установленная последовательность оценивается в **3 балла**, неправильная – **0 баллов**.

Задание – описание гимнастического упражнения. Правильно описанное гимнастическое упражнение оценивается в **3 балла**, неправильное – **0 баллов**.

**1. В каком городе находится Международная олимпийская академия?**

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

**2. К какой разновидности физической культуры относится физкультур-минутка?**

- а) гигиенической;
- б) производственной;
- в) базово-продолжительной;
- г) лечебной.

**3. Кто был первым президентом российского олимпийского комитета?**

- а) А.Д. Бутовский;
- б) Г.И. Рибопьер;
- в) Н.А. Панин-Коломенкин;
- г) В.И. Срезневский.

**4. Какие упражнения целесообразно использовать для снижения избыточной массы тела?**

- а) сложно-координационные;
- б) статические;
- в) скоростно-силовые;
- г) циклические.

- 5. Какому физическому качеству нужно уделять наибольшее внимание для повышения общего уровня здоровья?**
- а) выносливости;
  - б) быстроте;
  - в) ловкости;
  - г) гибкости.
- 6. Какие упражнения используются для увеличения гибкости?**
- а) с внешним отягощением;
  - б) махи с максимальной амплитудой;
  - в) движения с максимальной частотой;
  - г) всё перечисленное.
- 7. В каком виде спорта ограничено время владения мячом?**
- а) в футболе;
  - б) в волейболе;
  - в) в баскетболе;
  - г) всё перечисленное.
- 8. Какие выделяют виды выносливости?**
- а) основную и дополнительную;
  - б) общую и специальную;
  - в) главную и побочную;
  - г) специфическую и неспецифическую.
- 9. Какие упражнения применяют для формирования правильной осанки?**
- а) строевые упражнения;
  - б) упражнения для мышц брюшного пресса и спины;
  - в) упражнения, моделирующие фрагменты основной позы прямохождения;
  - г) всё перечисленное.
- 10. Что является специфическим содержанием спорта?**
- а) выступление на соревнованиях;
  - б) занятия в фитнес-клубе;
  - в) выполнение физических упражнений;
  - г) повышение уровня физического развития.
- 11. Какой из методов физического воспитания предусматривает непрерывное выполнение физического упражнения?**
- а) повторный;
  - б) равномерный;
  - в) интервальный;
  - г) круговой.

**12. Как называется изгиб позвоночника вперёд в поясничном отделе?**

- а) лордоз;
- б) кифоз;
- в) хондроз;
- г) остеопороз.

**13. Что относится к естественным факторам внешней среды, как к средствам физического воспитания?**

- а) солнечная радиация и воздушная среда;
- б) воздушная и водная среда;
- в) водная среда и солнечная радиация;
- г) солнечная радиация, воздушная и водная среда.

**14. Кто в настоящее время является президентом олимпийского комитета РФ?**

- а) П.А. Колобков;
- б) О.В. Матвеев;
- в) С.А. Поздняков;
- г) А.Д. Жуков.

**15. В каком виде спорта на площадке может максимально находиться 7 игроков одной команды?**

- а) в баскетболе;
- б) в волейболе;
- в) в футболе;
- г) в гандболе.

**16. Назовите место окончания дистанции в циклических видах спорта, которое специально оборудовано приборами для автоматической фиксации результатов.**

**Ответ:** финиш.

**17. Назовите оговорённое заранее положение рук, ног, туловища перед началом выполнения упражнения. В ответ запишите одно или несколько слов через пробел, без запятых и других разделителей. Слова с орфографическими и другими ошибками не засчитываются.**

**Ответ:** исходное положение.

**18. Назовите сооружение для занятий водными видами спорта.**

**Ответ:** бассейн.

19. Назовите вид спорта, в котором четырёхкратный олимпийский чемпион, президент Всероссийской спортивной федерации Владимир Сальникова первым преодолел рубеж 15 минут на полутораклометровом дистанции.

Ответ: плавание.

20. Как называется спортивная обувь для игры в футбол со сменными шипами на подошве и укрепленным широким носком для удара по мячу.

Ответ: бутсы.

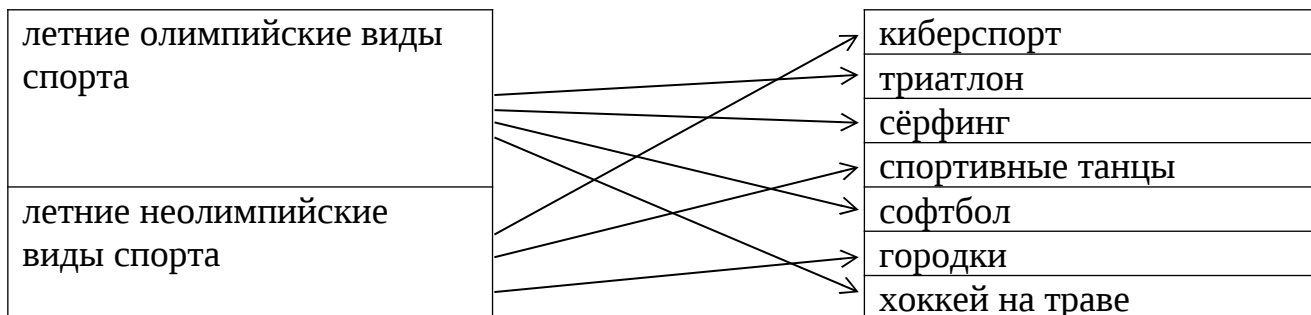
21. Установите соответствие между городом и годом проведения игр Олимпиады.

1908	→	Москва
1952	→	Лос-Анджелес
1980	→	Париж
1984	→	Лондон
2024	→	Хельсинки

22. Установите соответствие между определением и термином.

Закономерный процесс становления, формирования и последующего изменения на протяжении индивидуальной жизни естественных морфофункциональных свойств организма и основанных на них физических качеств и способностей	→	Физическое воспитание
Система освоения человеком рациональных способов управления своими движениями, преобразования таким путем необходимых в жизни двигательных умений, навыков и связанных с ними знаний	→	Физическая подготовка
Педагогический процесс, направленный на воспитание физических качеств и способностей, формирование двигательных умений и навыков и овладение физкультурно-спортивными знаниями, необходимыми в жизни	→	Физическое развитие
Конкретная направленность, процесс воспитания физических качеств и способностей с учётом их прикладной направленности на трудовую или любую другую деятельность, требующую конкретной физической подготовки	→	Физическое образование

**23. Установите соответствие между летними видами спорта и принадлежностью их к олимпийской и неолимпийской программе.**



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



**25. Дайте правильную формулировку гимнастическому упражнению.**

Используя предложенный перечень слов, выберите нужные и расположите в верной последовательности при описании гимнастического упражнения. Будьте внимательны, даны лишние слова.

