

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА 2021–2022 уч. г.
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП

Ф-9-1

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР

9–11 классы

69

- 0 1. В каком городе находится Международная олимпийская академия? а) Лозанна; б) Париж; в) Афины; г) Олимпия.
2. К какой разновидности физической культуры относится физкульт-минутка?
- а) гигиенической;
4 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;
4 г) В.И. Срезневский.
4. Какие упражнения целесообразно использовать для снижения избыточной массы тела?
- а) сложно-координационные;
б) статические;
в) скоростно-силовые;
4 г) циклические.
5. Какому физическому качеству нужно уделять наибольшее внимание для повышения общего уровня здоровья?
- 4 а) выносливости;
б) быстроте;
в) ловкости; г) гибкости.
6. Какие упражнения используются для увеличения гибкости?
- а) с внешним отягощением;
4 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;
- 4 в) в баскетболе;
- г) всё перечисленное.

8. Какие выделяют виды выносливости?

- 0 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;
- 0 в) упражнения, моделирующие фрагменты основной позы прямостояния;
- г) всё перечисленное.

10. Что является специфическим содержанием спорта?

- 4 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;
- 4 б) равномерный;
- в) интервальный;
- г) круговой.

12. Как называется изгиб позвоночника вперёд в поясничном отделе?

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

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

- 0 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. Матыцин;
- 4 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;
- 4 г) в гандболе.

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

17. Назовите оговорённое заранее положение рук, ног, туловища перед началом выполнения упражнения. *В ответ запишите одно или несколько*

0 слов через пробел, без запятых и других разделителей. Слова с орфографическими и другими ошибками не засчитываются.

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

19. Назовите вид спорта, в котором четырёхкратный олимпийский чемпион, президент Всероссийской спортивной федерации Владимир Сальников первым преодолел рубеж 15 минут на полторакилометровой дистанции. *бутсы плавание*

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

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

1

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

22. Установите соответствие между определением и термином.

e

Закономерный процесс становления, формирования и последующего изменения на протяжении индивидуальной жизни естественных морфофункциональных свойств организма и основанных на них физических качеств и способностей

Система освоения человеком рациональных способов управления своими движениями, преобразования таким путем необходимых в жизни двигательных умений, навыков и связанных с ними знаний

Педагогический процесс, направленный на воспитание физических качеств и способностей, формирование двигательных умений и навыков и овладение физкультурно-спортивными знаниями, необходимыми в жизни

Конкретная направленность, процесс воспитания физических качеств и способностей с учётом их прикладной направленности на трудовую или любую другую деятельность, требующую конкретной физической подготовки

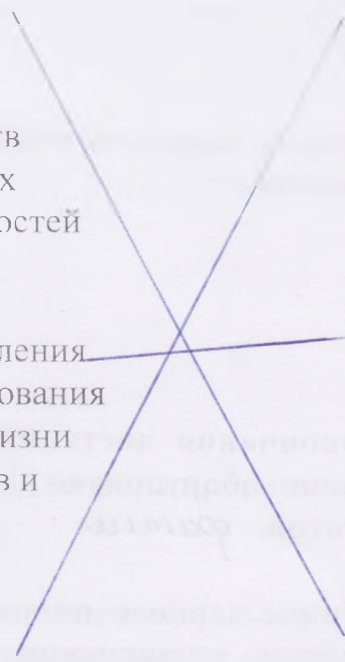
Физическое

воспитание

Физическая подготовка

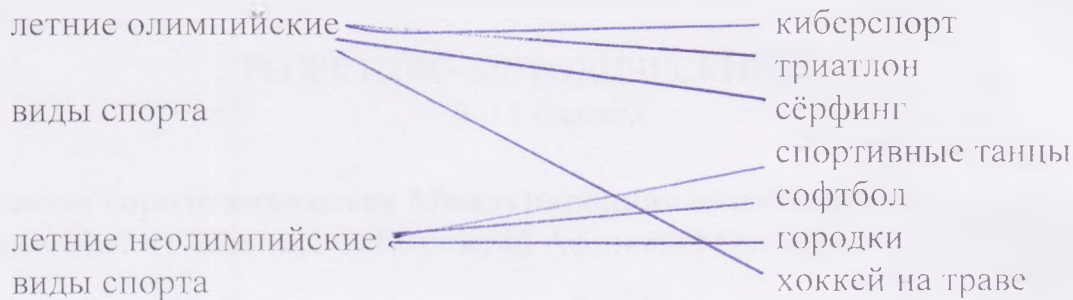
Физическое развитие

Физическое образование



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

5



24. Установите последовательность действий в подготовительной части урока.

0

1
2
3
4

общая разминка
специальная разминка
вводный ритуал
установочные
действия

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.



5

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13

в сед
в упор лёжа
в упор 6
присев 7
вперёд 5
из 1
кувырок 4
на руках 3
назад
перекат
присед
прогнувшись
согнувшись
стойки 2