

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА 2023-2024 учебный год
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 физкульт- 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. Матыцин;
- 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 полутора-километровой 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	Физическое развитие
	Физическое образование

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

летние олимпийские виды спорта	➤ киберспорт
	➤ триатлон
	➤ сёрфинг
	➤ спортивные танцы
летние неолимпийские виды	➤ софтбол
	➤ городки
	➤ хоккей на траве

24. Установите последовательность действий в подготовительной части урока.

1	➤ общая разминка;
2	➤ специальная разминка;
3	➤ вводный ритуал;
4	➤ 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.



1	↙	в сед
2	↗	в упор лёжа
3	↙	в упор присев
4	↙	вперёд
5	↙	из
6	↙	кувырок
7		на руках
8		назад
9		перекат
10		присед
11		прогнувшись
12		согнувшись
13		стойки