

**ТЕКСТЫ ОЛИМПИАДНЫХ ЗАДАНИЙ
ДЛЯ РАЙОННОГО ЭТАПА
ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ
ШКОЛЬНИКОВ ПО ПРЕДМЕТУ
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»
В 2021-2022 УЧЕБНОМ ГОДУ.
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ**

9-11 класс.

2021 год

Инструкция по выполнению задания

Задания объединены в 6 групп:

1. Задания в закрытой форме, то есть с предложенными вариантами ответов. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильное завершение из предложенных вариантов, среди которых содержатся как правильные, так и неправильные завершения, а также частично соответствующие смыслу утверждений. Правильным является то, которое наиболее полно соответствует смыслу утверждения.

Ряд заданий оценивается, если отмечены все зачетные варианты. Это условие указано в задании («Отметьте все позиции»).

Выбранные варианты отмечаются **зачеркиванием** соответствующего квадрата в бланке ответов.

2. Задания в открытой форме, то есть без предложенных вариантов ответов. При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подбранное определение вписывайте в соответствующую графу бланка ответов.

3. Задание на соответствие понятий и определений, то есть соответствие предложенных вариантов ответов определенным понятиям и определениям.

4. Задание – кроссворд.

5. Задание в форме, предполагающей перечисление известных Вам составляющих, характеристик. Записи должны быть разборчивыми.

6. Задание – задача.

Необходимо решить задачу. В бланк ответов заносится не только ответ, но и обоснование и решение задачи.

Время выполнения заданий – 45 минут.

Контролируйте время выполнения задания. Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов.

Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ.

Заполните анкету в бланке ответов: напишите свою фамилию, имя, отчество, город, район, школу и класс, который Вы представляете.

Контрольные вопросы по инструкции к заданию:

1. Инструкция к тесту мне...

- | | |
|----------------------------|---------------------------------|
| а. Понятна. | в. Понятна не полностью. |
| б. Понятна отчасти. | г. Не понятна. |

2. Вы хотели бы задать вопросы для уточнения задания?

- | | |
|----------------|-----------------------------|
| а. Да. | в. Не знаю |
| б. Нет. | г. Да, но стесняюсь. |

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ.

Задания в закрытой форме.

1. Международный Олимпийский комитет был создан в...

- А. 1890 году;
- Б. 1892 году;
- В. 1894 году;
- Г. 1896 году

2. Как называется тип интервала отдыха, который обеспечивает к началу новой части нагрузки полное или относительно полное восстановление организма?

- А. напряжённый;
- Б. ординарный;
- В. жёсткий;
- Г. минимум.

3. Отечественную теорию физического воспитания разработал:

- А. Ю.М.Курамшин
- Б. А.П.Матвеев
- В. П.Ф.Лесгафт
- Г. П. де Кубертен

4. Длительное выполнение упражнений аэробного характера способствует преимущественно развитию следующего качества:

- А. сила
- Б. скорость
- В. гибкость
- Г. выносливость

5. Первый комплекс ГТО появился в СССР

- А. в 1928 году;
- Б. в 1921 году;
- В. в 1931 году;
- Г. в 1918 году

6. Сдвиги, происходящие в организме занимающихся в результате выполнения упражнений, принято обозначать как...

- А. утомление
- Б. тренировочный эффект
- В. нагрузку
- Г. адаптацию

7. Кто стал первым в истории современных Олимпийских игр Олимпийским чемпионом?

- А. Д. Конноли
- Б. К.Шуман
- В. Р.Гаррети
- Г. С.Луис

8. Диаметр баскетбольного кольца составляет:

- А. не менее 440 мм и не более 459 мм
- Б. не менее 450 мм и не более 469 мм
- В. не менее 450 мм и не более 459 мм
- Г. не менее 440 мм и не более 449 мм

9. Какие соревнования проводятся в честь афинского воина Фидиппида, пробежавшего безостановочно от места битвы с персами до Акрополя, чтобы рассказать о великой победе греков и упавшего замертво после возгласа: "Радуйтесь! Мы победили!":

- А. пятиборье
- Б. панкратион
- В. марафон
- Г. пентатлон

10. Какой показатель реакции организма на физическую нагрузку является наиболее информативным, объективным и широко используемым в практике?

- А. ЖЕЛ (жизненная ёмкость легких)
- Б. МПК (максимальное потребление кислорода)
- В. ЧСС (частота сердечных сокращений)
- Г. АД (артериальное давление)

11. Что из ниже перечисленного является нарушением антидопинговых правил:

- А. Наличие запрещенной субстанции, ее метаболитов или маркеров в пробе, взятой у спортсмена.
- Б. Обладание запрещенной субстанцией или запрещенным методом со стороны спортсмена или персонала спортсмена.
- В. Распространение или попытка распространения любой запрещенной субстанции или запрещенного метода спортсменом или иным лицом
- Г. Использование или попытка использования спортсменом запрещенной субстанции или запрещенного метода

Отметьте все позиции.

12. Проба с задержкой дыхания после выдоха называется:

- А. проба Генчи
- Б. проба Розенталя
- В. проба Серкина
- Г. проба Штанге

13. Физическое совершенство – это

- А. естественный процесс изменения морфофункциональных свойств организма на протяжении индивидуальной жизни.
- Б. наивысший уровень развития физических качеств.
- В. состояние полного физического, душевного и социального благополучия.
- Г. оптимальная мера всесторонней физической подготовленности и гармоничного физического развития, соответствующая требованиям общества.

14. Укажите, каким способом плавания начинается комбинированная эстафета:

- А. баттерфляй
- Б. на спине
- В. брасс
- Г. вольный стиль

15. Какой вид испытания не входит в комплекс ГТО -

- А. Бег 100 м
- Б. Самозащита без оружия
- В. Спортивное ориентирование
- Г. Туристический поход

16. Как называется педагогический процесс, направленный на воспитание физических качеств и развитие функциональных возможностей, создающих благоприятные условия обеспечения жизнедеятельности человека?

- А. физическая готовность;
- Б. физическая подготовка;
- В. физическое совершенство;
- Г. физическое развитие.

17. Размер волейбольной площадки составляет...

- А. 8 на 16 метров.
- Б. 9 на 18 метров.
- В. 15 на 28 метров.
- Г. 20 на 40 метров.

18. Из каких частей состоит словесная команда?

- А. подготовительная и основная;
- Б. основная и дополнительная;
- В. предварительная и исполнительная;
- Г. общая и контрольная.

Задания в открытой форме.

Завершите определение, вписав соответствующее слово (слова), число в бланк ответов.

19. В программу вида спорта «современное пятиборье» входят...

20. Установленное размещение занимающихся для совместных действий называется ...

21. В какой стране, согласно решению исполкома ФИФА от 2 декабря 2010 года, пройдет финальный турнир Чемпионата мира по футболу 2022 года?

22. Блокирующее движение в баскетболе, осуществляемое игроком нападения с целью создания для партнёра свободного пространства для прохода к кольцу, броска без сопротивления или получения передачи ...

23. Ограниченное скопление крови при закрытых повреждениях, сопровождающихся разрывом сосуда и излиянием крови в окружающие ткани, называется

Задание на соответствие.

24. Установите соответствие между российскими спортсменами, выступавшими на Олимпийских играх в Токио в одной команде:

1	Ангелина Мельникова	А	Никита Нагорный
2	Светлана Ромашина	Б	Софья Великая
3	Ксения Перова	В	Андрей Рублев
4	София Позднякова	Г	Олег Стояновский
5	Анастасия Павлюченкова	Д	Светлана Колесниченко
6	Артур Далалоян	Е	Светлана Гомбоева
7	Вячеслав Красильников	Ж	Егор Клюка
8	Анна Вяхирева	З	Лилия Ахаимова
9	Максим Михайлов	И	Анна Седойкина

Задание кроссворд.

25. Решите кроссворд, записав слова-ответы в соответствующие поля в бланке ответов.

По горизонтали:

1. Мышцы (или группы мышц) одного сустава, которые при сокращении осуществляют тягу в противоположных направлениях.
4. Игрок или команда, занимающие в чемпионате последние места.
7. Смягчение спортсменом толчков, усилий, не совпадающих с направлением его движения, за счет рессорных свойств опорно-двигательного аппарата (упруго-вязких свойств мышц).
10. Совокупность химических процессов в организме, направленных на образование и обновление клеток и тканей.

По вертикали:

2. Футбольный клуб из Тулы и Лондона
3. Отклонение частей тела по отношению друг к другу или всего тела по отношению к спортивному снаряду, измеряемое в градусах.
5. Судья в некоторых видах спорта.
6. Выход мяча за пределы площадки или поля в спортивных играх
8. Способность спортсмена предвидеть (предугадывать) действия и движения соперника и партнера до их реального осуществления
9. Обжалование решения судьи спортивных соревнований в вышестоящий судейский орган.

Задание на перечисление.

26. В литературном произведении «Ода спорту», за которое в 1912 году на конкурсе искусств, посвященном Олимпийским играм, Пьер де Кубертен получил высшую награду - золотую медаль, 9 глав. Впишите в бланк ответов слова, соответствующие названию каждой главы: О СПОРТ! ТЫ ...(название каждой главы)

Вопрос – задача.

27. Вес Алексея составляет 82 кг, вес Артема составляет 70 кг, а вес Николая – 65 кг. Алексей поднял штангу весом 61,5 кг, Артем - штангу весом 59,5 кг, Николай поднял штангу весом 52 кг. У кого из спортсменов показатель величины относительной силы выше? Почему Вы так считаете?

**Вы выполнили все задания.
Перенесите ответы в бланк ответов.**