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

ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР

9–11 классы

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

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

1. **К какой разновидности физической культуры относится физкульт- минутка?**

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

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

а)А.Д. Бутовский; б)Г.И. Рибопьер;

в)Н.А. Панин-Коломенкин; г)В.И. Срезневский.

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

а)сложно-координационные; б)статические;

в)скоростно-силовые; г)циклические.

1. **Какому физическому качеству нужно уделять наибольшее внимание для повышения общего уровня здоровья?**

а)выносливости; б)быстроте; в)ловкости; г)гибкости.

1. **Какие упражнения используются для увеличения гибкости?**

а)с внешним отягощением;

б)махи с максимальной амплитудой; в)движения с максимальной частотой; г)всё перечисленное

1. **В каком виде спорта ограничено время владения мячом?**

а)в футболе; б)в волейболе; в)в баскетболе;

г)всё перечисленное.

1. **Какие выделяют виды выносливости?** а)основную и дополнительную; б)общую и специальную;

в)главную и побочную; г)специфическую и неспецифическую.

1. **Какие упражнения применяют для формирования правильной осанки?**

а)строевые упражнения;

б)упражнения для мышц брюшного пресса и спины;

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

1. **Что является специфическим содержанием спорта?**

а)выступление на соревнованиях; б)занятия в фитнес-клубе; в)выполнение физических упражнений;

г)повышение уровня физического развития.

1. **Какой из методов физического воспитания предусматривает непрерывное выполнение физического упражнения?**

а)повторный; б)равномерный; в)интервальный; г)круговой.

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

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

1. **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.

1. **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.

1. **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.

1. **Назовите место окончания дистанции в циклических видах спорта, которое специально оборудовано приборами для автоматической фиксации результатов.**
2. **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.*

1. **Назовите сооружение для занятий водными видами спорта. 19.Назовите вид спорта, в котором четырёхкратный олимпийский**

чемпион, президент Всероссийской спортивной федерации Владимир Сальникова первым преодолел рубеж 15 минут на полутора- километровой дистанции.

1. **Как называется спортивная обувь для игры в футбол со сменными шипами на подошве и укреплённым широким носком для удара по мячу.**
2. **Установите соответствие между городом и годом проведения игр Олимпиады.**

|  |
| --- |
| 1908 |
| 1952 |
| 1980 |
| 1984 |
| 2024 |

|  |
| --- |
| Москва |
| Лос-Анджелес |
| Париж |
| Лондон |
| Хельсинки |

1. **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 |
| 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 |

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

летние неолимпийские виды спорта

летние олимпийские виды спорта

|  |
| --- |
| киберспорт |
| триатлон |
| сёрфинг |
| спортивные танцы |
| софтбол |
| городки |
| хоккей на траве |

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

|  |
| --- |
| 1 |
| 2 |
| 3 |
| 4 |

|  |
| --- |
| общая разминка |
| специальная разминка |
| вводный ритуал |
| установочные действия |

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

|  |
| --- |
| в сед |
| в упор лёжа |
| в упор присев |
| вперёд |
| из |
| кувырок |
| на руках |
| назад |
| перекат |
| присед |
| прогнувшись |
| согнувшись |
| стойки |