

**ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

2024 год

**ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП 9 - 11 класс
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР**

Инструкция по выполнению заданий

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к уровню знаний общеобразовательных школ по предмету «Физическая культура».

Задания объединены в 7 групп.

I. Задания в закрытой форме, т.е. с выбором правильного ответа № 1-13.

При выполнении заданий № 1-13 необходимо выбрать единственно правильный вариант ответа из предложенных. Среди вариантов могут встретиться частично правильные, не подходящие в качестве ответа.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 1 балл.

II. Задания в открытой форме, в которых необходимо вписать ответ бланк ответа № 14-22.

При выполнении этих заданий необходимо самостоятельно завершить высказывание, подобрать недостающие слова, чтобы получилось верное утверждение.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2 балла.

III. Задание на установление правильной последовательности №23.

Правильно выполненное задание оценивается в 2 балла.

IV. Задания «на соответствие», в которых необходимо сопоставить понятия №24-26.

Каждое правильное соответствие оценивается в 0,5 балла.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2; 1,5 и 2,5 балла.

V. Задание, связанное с перечислением № 27.

Внимательно прочитайте вопрос и запишите слова в бланк ответа. Каждая верная позиция оценивается в 0,5 балла, две позиции по 1 баллу. Правильно выполненное задание оценивается 4 балла.

VI. Задание – ребус № 28-29.

Решите ребус, записав слово в бланк ответа.

Правильно выполненное задание оценивается в 3 балла.

VII. Задание – задача №30.

Внимательно прочитайте текст задачи и найдите правильное решение, записав ответы на каждое задание. Полный правильный ответ оценивается в 3 балла (каждое правильно выполненное задание оценивается в 1 балл).

Максимально можно набрать 52 балла.

Время выполнения всех заданий – 45 минут!

Школьный этап Всероссийской олимпиады школьников.

Физическая культура.2024г. 9-11 классы

I. Задания в закрытой форме, т. е. с предложенными вариантами ответов.

1. В каком году состоялась самая первая кругосветная эстафета олимпийского огня?

- А) 2004 г.
- Б) 1968 г.
- В) 1976 г.
- Г) 1948 г.

2. В каком необычном виде плавания соревновались участники Олимпийских игр 1900 г., проходивших в Париже?

- А) плавание против течения
- Б) плавание с препятствием
- В) плавание с грузом
- Г) плавание с аквалангом

3. С помощью какого теста можно определить приспособляемость организма к физической нагрузке?

- А) при помощи пробы Штанге
- Б) используя пробу Генчи
- В) с помощью теста Руфье
- Г) с помощью теста Шаповаловой

4. Какова длина трассы у спортсменов – биатлонистов, как среди женщин, так и среди мужчин в гонке преследования?

- А) 10 км и 12,5 км
- Б) 7,5 км и 12,5 км
- В) 5 км и 7,5 км
- Г) 7,5 км и 10 км

5. Кто был первым олимпийским чемпионом из Московской области?

- А) фехтовальщик Марк Ракитов
- Б) штангист Виктор Куренцов
- В) стрелок Анатолий Богданов
- Г) легкоатлет Витольд Креер

6. Применение специальных психофизиологических техник, способствующих снятию нервно-мышечного напряжения, называют...

- Б) рекреация
- В) реинкарнация
- Г) релаксация

7. Раздражительность, отек нижних конечностей, кровоточивость десен в значительной мере обусловлены недостатком витаминов, особенно ...

- А) витамина А
- Б) витамин В 1
- В) витамин С
- Г) витамин D

8. При выполнении упражнений вдох не следует делать во время ...

- А) возвращения в исходное положение после наклона
- Б) прогибания туловища назад
- В) вращений и поворотов тела
- Г) дыхания во время упражнений должно быть свободным

9. Движения человека, обеспечивающие активное перемещение в пространстве называются...

- А) кондиции
- Б) способности

- В) локомоции
- Г) моторные функции

10. При составлении комплексов упражнений для увеличения мышечной массы рекомендуется....

- А) полностью проработать одну группу мышц и только затем переходить к упражнениям, нагружающим другую группу мышц
- Б) последовательно включать в работу разные мышечные группы
- В) чередовать включение в работу малых и крупных мышечных групп
- Г) чередовать включение в работу мышц антагонистов и синергистов

11. Для получения золотого, серебряного или бронзового знака ГТО 4 и 5 ступени необходимо выполнить ...нормативов.

- А) 8, 7,9
- Б) 9, 8,7
- В) 7,6,5
- Г) 11,10,9

12. Укажите фамилию лучшего вратаря XX века по версии ФИФА, который является обладателем «Золотого мяча»

- А) Р. Дасаев
- Б) И. Акинфеев
- В) Л. Яшин
- Г) С. Черчесов

13. Физическая культура направлена на совершенствование:

- А) морально-волевых качеств людей
- Б) состояние здоровья человека
- В) природных физических свойств человека
- Г) техники двигательных действий

Задания в открытой форме

14. Управляемый цельнометаллический снаряд, используемый в соревнованиях на специальных ледовых трассах, называется _____

15. Основным техническим элементом в плавании является _____

16. Кому посвящен фильм режиссера Н. Лебедева «Легенда № 17»?

17. Как назывался двойной бег на дистанции 2 стадии на Олимпийских играх в древней Греции?

18. Кто является министром спорта РФ в настоящее время?

19. Тактическое взаимодействие в баскетболе 2-3 игроков команды, заключающееся в преграждении защитнику соперников кратчайшего пути к опекаемому им игроку называется _____

20. Процесс выполнения физических упражнений с целью повышения качества соревновательной деятельности называется _____

21. Волевое качество, обуславливающее активность действий в опасных и трудных ситуациях при осознании возможности тяжелых для себя последствий обозначается как _____

22. Полное смещение суставных поверхностей костей, вызывающих нарушение функции сустава называют _____

Задание на установление правильной последовательности

23. «Ловкость» - это

- 1. движениями
- 2. способностью
- 3. сложными
- 4. быстро
- 5. овладевать

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | | | | |
|--|--|--|--|--|

Задания «на соответствие»

24. Установите соответствие между продуктами питания и веществами, преимущественно получаемыми организмом при их потреблении.

| Вещества | Продукты питания |
|-------------|---------------------------|
| 1) белки | А) кисломолочные продукты |
| 2) жиры | Б) хлебобулочные изделия |
| 3) углеводы | В) рыба, мясо |
| 4) кальций | Г) семена подсолнечника |

25. Установите соответствие между видами соревнований и их официальным названием

| Вид соревнований | Спортивное мероприятие |
|--|---------------------------------|
| 1) Комплексные спортивные соревнования по видам спорта, не включенные в программы Олимпийских игр и зимних олимпийских игр, проводимые с 1998 года называются ... | А) Игры региональные |
| 2) Комплексные всемирные, национальные, региональные спортивные соревнования, проводимые один раз в два года под эгидой Международной федерации студенческого спорта (ФИСУ) называются ... | Б) Всемирные игры |
| 3) Комплексные спортивные соревнования с участием спортивных команд определенного географического региона, проводятся под патронажем МОК: Боливарские, Средиземноморские и стран Карибского моря; стран Восточной Азии и др. | В) Универсиада или студенческие |

26. Установите соответствие между видами спорта и аббревиатурами международных федераций

| Федерация | Виды спорта |
|-----------|---------------------|
| 1) ФИБА | А) плавание |
| 2) ФИФА | Б) баскетбол |
| 3) ФИНА | В) легкая атлетика |
| 4) ИААФ | Г) фигурное катание |

Задание, связанное с перечислением

27. Перечислите объективные критерии самоконтроля физического состояния

28. Решите ребус



29. Решите ребус

