

Башкаров Иман  
Тимурович

-10 класс

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

10 кл.

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР

475 475

9-11 классы

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;
- 1 в) в баскетболе;
- г) всё перечисленное.

8. Какие выделяют виды выносливости?

- а) основную и дополнительную;
- 1 б) общую и специальную;
- в) главную и побочную;
- г) специфическую и неспецифическую.

9. Какие упражнения применяют для формирования правильной осанки?

- а) строевые упражнения;
- 1 б) упражнения для мышц брюшного пресса и спины;
- в) упражнения, моделирующие фрагменты основной позы прямостояния;
- г) всё перечисленное.

10. Что является специфическим содержанием спорта?

- 1 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;
- 1 б) равномерный;
- в) интервальный;
- г) круговой.

12. Как называется изгиб позвоночника вперёд в поясничном отделе?

- 1 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;
- 1 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?

- 1
- а) П.А. Колобков;
  - б) О.В. Матвеев;
  - в) С.А. Поздняков;
  - г) А.Д. Жуков.

15. В каком виде спорта на площадке может максимально находиться 7 игроков одной команды?

- 1
- 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. *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. *походные позы*

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 полуторакилометровой дистанции. *шаване*

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.

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

5

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 двигательных умений и навыков и овладение физкультурно-спортивными знаниями, необходимыми в жизни	Физическое развитие
Конкретная направленность, процесс воспитания физических качеств и способностей с учётом их прикладной направленности на трудовую или любую другую деятельность, требующую конкретной физической подготовки	Физическое образование

4

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

7

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

24. Установите последовательность действий в подготовительной части урока.

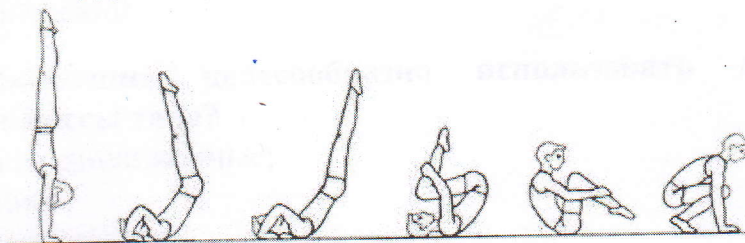
3

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.

3



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