

Гурмаева Астелин

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

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР

9-11 классы

475

1. В каком городе находится Международная олимпийская академия?

- 1
- а) Лозанна;
  - б) Париж;
  - в) Афины;
  - г) Олимпия.

2. К какой разновидности физической культуры относится физкультур-минутка?

- 1
- а) гигиенической;
  - б) производственной;
  - в) базово-продолжительной;
  - г) лечебной.

3. Кто был первым президентом российского олимпийского комитета?

- 1
- 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?

- 1
- а) сложно-координационные;
  - б) статические;
  - в) скоростно-силовые;
  - г) циклические.

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

- 1
- а) выносливости;
  - б) быстроте;
  - в) ловкости;
  - г) гибкости.

6. Какие упражнения используются для увеличения гибкости?

- 1
- 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;
- б) упражнения для мышц брюшного пресса и спины;
- 1 в) упражнения, моделирующие фрагменты основной позы прямохождения;
- 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?

- 1 а) повторный;
- 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?

- 1 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.

*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.

*исходное положение*

18. Назовите сооружение для занятий водными видами спорта.

*Бассейн*

19. Назовите вид спорта, в котором четырёхкратный олимпийский чемпион, президент Всероссийской спортивной федерации Владимир Сальникова первым преодолел рубеж 15 минут на полуторакилометровой дистанции.

*плавание*

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	1
1952	Лос-Анджелес	1
1980	Париж	1
1984	Лондон	1
2024	Хельсинки	1

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	1
Система освоения человеком рациональных способов управления своими движениями, преобразования таким путем необходимых в жизни двигательных умений, навыков и связанных с ними знаний	Физическая подготовка	1
Педагогический процесс, направленный на воспитание физических качеств и способностей, формирование двигательных умений и навыков и овладение физкультурно-спортивными знаниями, необходимыми в жизни	Физическое развитие	1
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	1



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

7

летние олимпийские виды спорта	киберспорт	1
	триатлон	1
	сёрфинг	1
	спортивные танцы	1
	софтбол	1
летние неолимпийские виды спорта	городки	1
	хоккей на траве	1

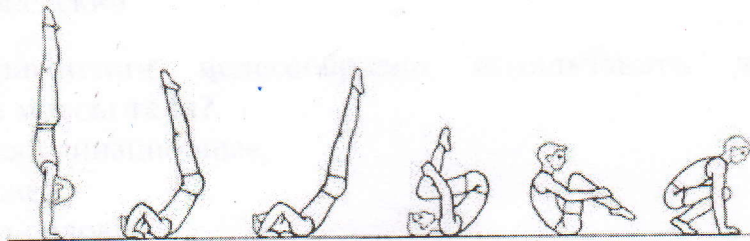
24. Установите последовательность действий в подготовительной части урока.

3

1	общая разминка	3
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	3
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	