

**ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ  
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ 2020 – 2021 учебный год  
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП 9-11 класс (КОМПЛЕКТ № 1)**

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР КОМПЛЕКТ № 1**

**Инструкция по выполнению заданий**

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

**Задания объединены в 3 группы.**

**I. Задания в закрытой форме, т.е. с выбором правильного ответа № 1-15.**

При выполнении заданий № 1-12 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 №16-20.**

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. Задания на сопоставление, в которых необходимо сопоставить понятия № 21-22.**

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2,5 балла, 0,5 баллов (за каждое правильное совпадение).

Максимально можно набрать 30 баллов.

Время выполнения всех заданий – 45 минут!

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Пропускайте задания, ответы на которые вызывают затруднение. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.

***Желаем успеха!***



olympmo.ru



@olymp\_mo



/olympmo



/olympmo



@olympmo

## I.Задания в закрытой форме, с выбором правильного ответа

### Демо функционала: ОДИН ИЗ НЕСКОЛЬКИХ (текст) - №1-15

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в **1 балл**.

1 . Кто стал первым в истории Современных Олимпийских игр Олимпийским чемпионом?

- а. Д. Конноли;**
- б. К. Шуман;
- в. Р. Гаррети
- г. С. Луис.

2. В каком году, и в каком городе было положено начало проведению Зимних Олимпийских игр?

- а. 1916г. – Осло;
- б. 1920г. – Лейк-Плейсид;
- в. 1924г. – Шамони;**
- г. 1928г. – Сент-Мориц.

3. Спортсмены Российской Федерации выступили под Российским флагом на

- а. XXV Олимпийских играх в Барселоне;
- б. XVI Олимпийских играх в Альбервиле;
- в. XVII Олимпийских играх в Лиллехаммере;
- г. XXVI Олимпийских играх в Атланте.**

4. Владимир Сальников, Галина Прозуменщикова, Андрей Крылов, Александр Попов – чемпионы Олимпийских игр в .....

- а. биатлон;
- б. плавание;**
- в. конькобежный спорт;
- г. легкая атлетика.

5.Умение выбрать место и держать игрока с мячом и без мяча в баскетболе формируется при обучении тактическим действиям в .....

- а. нападение;
- б. защите;**
- в. противодействие;
- г. взаимодействие.



olympmo.ru



@olymp\_mo



/olympmo



/olympmo



@olympmo

6. Теоретический материал учебного предмета «Физическая культура» в общеобразовательной школе включает в себя...

- а. фундаментальные знания общетеоретического характера;
- б. инструктивно-методические знания;
- в. знания о правилах выполнения двигательных действий;
- г. **всё вышеперечисленное.**

7. Основными средствами развития силовых способностей являются:

- а. специальные упражнения на тренажерах;
- б. **упражнения с внешним сопротивлением, упражнения с преодолением веса собственного тела и изометрические упражнения;**
- в. упражнения с преодолением собственного веса тела и упражнения с отягощениями;
- г. изометрические упражнения и упражнения с внешним сопротивлением.

8. Какое из физических качеств, при его чрезмерном (или непродуманном) развитии отрицательно влияет на гибкость:

- а. выносливость;
- б. быстрота;
- в. **сила;**
- г. координационные способности.

9. В какой момент движения происходит мах руками в прыжке в длину с места?

- а. перед отталкиванием;
- б. **во время отталкивания;**
- в. после отталкивания;
- г. во время полёта.

10. Какие факторы преимущественно обуславливают уровень проявления общей выносливости?

- а. скоростно-силовые способности;
- б. лично-психические качества;
- в. **факторы функциональной экономичности;**
- г. аэробные возможности.

11. Под физическим качеством «ловкость» понимают:

- а. способность точно дозировать величину мышечных усилий;
- б. **способность быстро перестраивать двигательную деятельность в меняющейся обстановке с овладением новыми движениями;**
- в. освоить действие и сохранить равновесие;
- г. способность технически верно повторить заданное упражнение.



12. Для чего используется метод пульсометрии в проведении уроков по физической культуре в школе.

- а. для определения общей плотности урока;
- б. для определения моторной плотности урока;
- в. для построения кривой пульса;**
- г. для измерения работоспособности школьников.

13. Под двигательной активностью понимают:

- а. суммарное количество двигательных действий, выполняемых человеком в процессе повседневной жизни;**
- б. определенную меру воздействия физических упражнений на организм занимающихся;
- в. определенную величину объема и интенсивности нагрузки;
- г. педагогический процесс, направленный на повышение спортивного мастерства.

14. Под здоровым образом жизни понимается:

- а. отсутствие вредных привычек, регулярное посещение врача, цивилизованное отношение к природе;
- б. регулярные занятия спортом, закаливания, пропаганда здорового образа жизни;
- в. определенный стиль жизнедеятельности человека, направленный на сохранение и укрепление здоровья;**
- г. поддержание на протяжении многих лет высокой работоспособности.

15. Гиподинамия – это.....

- а. нарушение опорно-двигательного аппарата;
- б. недостаточная физическая активность;**
- в. расстройство вестибулярного аппарата;
- г. расстройство функции движения.

## II. Задания в открытой форме, в которых необходимо вписать ответ № 16-20

Демо функционала: **ЗАПОЛНИТЬ ПРОБЕЛ (ввод ответа)**

16. О некультурном человеке древние эллины говорили: «*Не умеет ни читать, ни -*  
----- *!*» *Запишите ответ с маленькой буквы.*  
**(плавать)**

За правильный ответ **2 балла**

17. Методика определения силы при помощи специального прибора, называется  
----- . *Запишите ответ с маленькой буквы.*  
**(динамометрия)**

За правильный ответ **2 балла**



olympmo.ru



@olymp\_mo



/olympmo



/olympmo



@olympmo

18. Функциональная проба с задержкой дыхания на вдохе называется -----  
----- . *Запишите ответ, записывая все  
слова с большой буквы через пробел (Проба Штанге)*  
За правильный ответ **2 балла**

Всероссийская олимпиада школьников по физической культуре. 2020–2021 уч. год  
Школьный этап. 9–11 классы  
(КОМПЛЕКТ № 1)  
Теоретико-методическое задание

19. Невосприимчивость организма к инфекционным заболеваниям называется -----  
----- . *Запишите ответ с маленькой буквы.*  
**(иммунитет)**  
За правильный ответ **2 балла**

**Демо функционала: ВВОД ОТВЕТА (строка)**

20. Яркую характеристику этой игре дал известный русский писатель А.И.Куприн:  
«Эта народная игра – одна из самых интересных и полезных игр. В ней нужны  
находчивость, глубокое дыхание, верность своей партии, внимательность,  
изворотливость, быстрый бег, меткий глаз, твёрдость удара руки и вечная  
уверенность в том, что тебя не победят. Трусам и лентяям в этой игре нет места».  
О какой игре идет речь? Запишите ответ с маленькой буквы . **(лапта)**  
За правильный ответ **2 балла**

**III. Задания на сопоставление понятий.**

**Демо функционала: СОПОСТАВЛЕНИЕ (текст → текст)**

**21. Сопоставьте имена Олимпийских чемпионов на Играх XXXI  
Олимпиады с видами спорта, в которых они достигли успехов**

**А. Плавание**

**Б. Бокс**

**В. Греко-римская борьба**

**Г. Спортивная гимнастика**



Д. Художественная гимнастика

° Перетащите элементы на пустые поля сверху

Яна Кудрявцева

Денис Аблязин

Власов Роман

Евгений Тищенко

Юлия Ефимова

За каждое правильное сопоставление – **0,5 балла.**  
Максимально за правильный ответ – **2,5 балла.**

**ОТВЕТ:** А – Юлия Ефимова , Б – Евгений Тищенко , В – Власов Роман, Г – Денис Аблязин , Д – Яна Кудрявцева

**22. Установите соответствие между элементами и видами спорта.**

А. Бег

Б. Кувырок

В. Гребок

Г. Аксель

Д. Подача



olympmo.ru



@olymp\_mo



/olympmo

/olympmo

@olympmo

° Перетащите элементы на пустые поля сверху

Фигурное катание

Легкая атлетика

Гимнастика

Волейбол

Плавание

За каждое правильное сопоставление – **0,5 балла.**

Максимально за правильный ответ – **2,5 балла.**

**ОТВЕТ:** А – Легкая атлетика, Б – Гимнастика, В – Плавание, Г – Фигурное катание, Д – Волейбол



olympmo.ru



@olymp\_mo



/olympmo



/olympmo



@olympmo