

Место для шифра

10.09.2021

**ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ
ШКОЛЬНИКОВ 2021/2022 УЧЕБНОГО ГОДА**

по физической культуре
(предмет)

Ученика(-цы) 77 класса МОУ СОШ №10

Куликова Дарья Геннадьевна
фамилия, имя, отчество (в родительном падеже)

Куликов Николай Николаевич
Ф.И.О. учителя-наставника

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ

Задания в закрытой форме

1. Инициатором возрождения Олимпийских игр современности является...
- а. Римский император Феодосий I.
б. Пьер де Фреды, барон де Кубертен.
в. Философ-мыслитель древности Аристотель.
г. Хуан Антонио Самаранч.
2. Виды двигательной активности, благотворно воздействующие на физическое состояние и развитие человека, принято называть...
- а. физическими упражнениями.
б. физическим трудом.
в. физической культурой.
г. физическим воспитанием.
3. Базовая физическая культура преимущественно ориентирована на обеспечение...
- а. сохранение и восстановление здоровья.
б. развитие резервных возможностей человека.
в. физической подготовленности человека к жизни.
г. подготовку к профессиональной деятельности.
4. Укажите, в какой последовательности чередуются стили при преодолении дистанции «комплексного плавания».
1. кроль на груди. 2. кроль на спине. 3. брасс. 4. дельфин.
- а. 1, 2, 3, 4.
б. 4, 3, 2, 1.
в. 1, 3, 2, 4.
г. 4, 2, 3, 1.
5. Принципом, предусматривающим оптимальное соответствие задач, средств и методов физического воспитания возможностям занимающихся, является:
- а. принцип сознательности и активности.
б. принцип доступности и индивидуализации.
в. принцип научности.
г. принцип связи теории с практикой.
6. Система организационно-методических мероприятий, позволяющих наметить направление специализации юного спортсмена в определенном виде спорта, называется:
- а. спортивным отбором.
б. педагогическим тестированием.
в. спортивной ориентацией.
г. диагностикой предрасположенности.
7. В понятие «структура» включается...
- а. количество элементов.
б. состав и строение.
в. цели и задачи.
г. средства и методы.
8. Реакция организма занимающихся на физическую нагрузку в процессе урока (занятия) определяется с помощью:
- а. оперативного контроля.
б. текущего контроля.
в. итогового контроля.
г. рубежного контроля.

9. Отношение педагогически оправданных (рациональных) затрат времени к общей продолжительности урока называется:

- а. физической нагрузкой.
- б. интенсивностью физической нагрузки.
- в. моторной плотностью урока.
- г. общей плотностью урока.

10. По команде «кругом» выполняется следующая последовательность действий:

- а. осуществляется поворот в сторону правой руки на правой пятке, левом носке на 180 и приставляют левую ногу к правой.
- б. осуществляется поворот в сторону левой руки на левой пятке, правом носке на 180 и приставляют правую ногу к левой.
- в. ожидается команда «марш».
- г. поворот осуществляется в произвольном направлении.

11. Развивающий эффект при воспитании выносливости школьников наблюдается при выполнении упражнений, повышающих частоту сердечных сокращений до...

- а. 160 ударов в минуту.
- б. 120 ударов в минуту.
- в. 140 ударов в минуту.
- г. 160 и выше ударов в минуту.

12. Главной причиной нарушения осанки является...

- а. слабость мышц.
- б. привычка к определенным позам.
- в. отсутствие движений во время школьных уроков.
- г. ношение сумки, портфеля в одной руке.

13. Здоровый образ жизни - это способ жизнедеятельности, направленный на...

- а. развитие физических качеств людей.
- б. поддержание высокой работоспособности людей.
- в. сохранение и улучшение здоровья людей.
- г. подготовку к профессиональной деятельности.

14. Основопологающие принципы современного олимпизма изложены в...

- а. положении об Олимпийской солидарности.
- б. олимпийской клятве.
- в. олимпийской хартии.
- г. официальных разъяснениях МОК.

15. Строй, в котором занимающиеся размещены один возле другого на одной линии называется:

- а. колонной
- б. шеренгой
- в. двухшеренговый строй
- г. линейным строем

16. Назовите компонент физической культуры, раскрывающий психофизические способности человека на предельных уровнях.

- а. физическая рекреация.
- б. физическое воспитание.
- в. спорт.

- г физическая реабилитация.
17. Способность, как можно дольше удерживать достигнутую максимальную скорость, называется...
- а скоростным индексом.
 - б абсолютным запасом скорости.
 - в коэффициентом проявления скоростных способностей.
 - г скоростной выносливостью.
18. Международный Олимпийский Комитет в качестве города, принимающего в 2016 г. XXXI Игры Олимпиады выбрал...
- а. Токио
 - б. Чикаго
 - в. Рио-де-Жанейро
 - г. Мадрид
19. Мышцы, совместное напряжение которых обуславливает выполнения движения в одном направлении, обозначаются как...
- а. антагонисты
 - б. синергисты
 - в. пронаторы
 - г. супинаторы
20. Универсальным источником энергии во всех живых организмах является...
- а) аденозинтрифосфорная кислота
 - б) молочная кислота
 - в. аденозиндифосфорная кислота
 - г. аденозинмонофосфорная кислота
21. Является ли спорт неотъемлемой частью физической культуры
- а) да, является
 - б. нет, не является
22. Спортивный термин «Эйфель» - обозначает...
- а прыжок в фигурном катании
 - б комбинацию в гимнастике
 - в фигуру в синхронном плавании
 - г. прием защиты в шахматах
23. Наиболее важным элементом здорового образа жизни является ...
- а. двигательный режим
 - б. рациональное питание
 - в. закаливание организма
 - г. личная и общественная гигиена
24. Документом, представляющим все аспекты организации соревнования является...
- а. календарь соревнований
 - б. правила соревнования
 - в. положение о соревновании
 - г. программа соревнований
25. Спортивно-игровую деятельность характеризует...
- а. стремление к максимальному результату
 - б. конфликтность ситуаций поединков
 - в. наличие конкретного сюжета
 - г. высокая значимость качества исполнения роли
26. Разница между величинами активной и пассивной гибкости называется:

- а. амплитуда движения
- б. подвижностью в суставах
- в. индексом гибкости
- г. дефицитом активной гибкости

27. Развитие организма человека называется:

- а. онтогенезом
- б. филогенезом
- в. социогенезом
- г. антропогенезом

28. Назовите главные принципы кодекса спортивной чести «Фэйр Плэй».

- а. сохранять чувство собственного достоинства при любых обстоятельствах
- б. не стремиться к победе любой ценой; на спортивной площадке сохранять честь и благородство
- в. сочетание физического совершенства с высокой нравственностью
- г. относиться с уважением и быть честным по отношению к соперникам, судьям, зрителям

29. Развитию выносливости соответствует режим работы и отдыха, когда каждое последующее упражнение выполняется в фазе...

- а. недовосстановления работоспособности.
- б. полного восстановления работоспособности.
- в. сверхвосстановления.
- г. повышенной работоспособности.

30. Статические, динамические, циклические, ациклические и комбинированные физические упражнения относятся к классификации...

- а. физиологической.
- б. по признаку спортивной специализации.
- в. по признаку особенностей мышечной деятельности.
- г. биомеханической.

Задания в открытой форме

(Завершите определение, вписав соответствующее слово в бланк ответов)

31. Установленное размещение занимающихся для их совместных действий называется...

32. Расстояние по фронту между занимающимися называется...

33. Метод, при котором длительность интервалов отдыха между повторениями упражнений находится в зависимости от оперативного состояния спортсмена, обозначается как...

34. Метод, характеризующийся выполнением всеми занимающимися одного и того же задания, независимо от форм построения обозначается как...

35. Свойство опорно-двигательного аппарата, обуславливающее возможность выполнения движений с большой амплитудой, обозначается как...

36. В подростковый период силовые упражнения могут служить препятствием к увеличению...

37. Метод организации деятельности занимающихся, предусматривающий одновременное выполнение несколькими группами разных заданий, называется...

38. Вращательное движение через голову с последовательным касанием опорой поверхности отдельными частями тела в гимнастике обозначается как... *кувырок*

39. Процесс, происходящий в организме человека после прекращения работы и заключающийся в постепенном переходе физиологических и биохимических функций не только к исходному состоянию, но и к повышению работоспособности принято обозначать как... *запасное время*

40. Физическое воспитание детей на государственном уровне в Древней Греции начиналось в возрасте семи лет в особом учреждении, называемом...

265.

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ

по предмету «Физическая культура»

МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Фамилия, Имя, Отчество Куликов Павел Сергеевич

Город, школа, класс п. Богдан МОУ СОШ №10 11 кл.

БЛАНК ОТВЕТОВ

Задания в закрытой форме

№ вопроса	Варианты ответов				№ вопроса	Варианты ответов			
1	<input type="checkbox"/> а	<input checked="" type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	16	<input checked="" type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
2	<input checked="" type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	17	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input checked="" type="checkbox"/> г
3	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input checked="" type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	18	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input checked="" type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
4	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input checked="" type="checkbox"/> г	19	<input type="checkbox"/> а	<input checked="" type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
5	<input type="checkbox"/> а	<input checked="" type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	20	<input checked="" type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
6	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input checked="" type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	21	<input checked="" type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
7	<input type="checkbox"/> а	<input checked="" type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	22	<input type="checkbox"/> а	<input checked="" type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
8	<input type="checkbox"/> а	<input checked="" type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	23	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input checked="" type="checkbox"/> г
9	<input type="checkbox"/> а	<input checked="" type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	24	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input checked="" type="checkbox"/> г
10	<input type="checkbox"/> а	<input checked="" type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	25	<input checked="" type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
11	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input checked="" type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	26	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input checked="" type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
12	<input checked="" type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	27	<input checked="" type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
13	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input checked="" type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	28	<input type="checkbox"/> а	<input checked="" type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
14	<input type="checkbox"/> а	<input checked="" type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	29	<input checked="" type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
15	<input type="checkbox"/> а	<input checked="" type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г	30	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input checked="" type="checkbox"/> г

Задания в открытой форме

31 разгибание

32 дистанция

36 роста

37 _____

33 повышенный
34 фронтальный
35 гибкость

38 кувырок
39 восстановление
40 _____

Оценка (слагаемые и сумма) 265.

Подписи жюри: _____