

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ
ШКОЛЬНОГО ЭТАПА ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ
2024-2025 УЧ.Г. ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»
9-11 КЛАССЫ**

Задания в закрытой форме, т. е. с предложенными вариантами ответов (а, б, в, г) оцениваются в **1 балл**, неправильно выполненное задание – **0 баллов**.

Задания в открытой форме, т.е. без предложенных вариантов ответов: правильное утверждение оценивается в **2 балла**, неправильное – **0 баллов**.

Задания на установление соответствия между понятиями: каждое верное утверждение этой группы оценивается в **1 балл**, неправильное – **0 баллов**.

Задания на установление правильной последовательности. Полноценно выполненное задание этой группы оценивается в **1 балл**, неправильное – **0 баллов**.

Максимальное количество баллов за теоретический тур составляет – **57 баллов**.

Время выполнения: 45 минут.

Задания в закрытой форме

- 1. Женщины впервые приняли участие в легкоатлетических соревнованиях Олимпиады в:**
 - а) 1896 г.;
 - б) 1912 г.;
 - в) 1928 г.;
 - г) 1936 г.

- 2. В долине какой реки праздновались античные Олимпийские игры?**
 - а) Ахерон;
 - б) Лусиос;
 - в) Ладон;
 - г) Алфей.

- 3. Когда волейбол был признан олимпийским видом спорта?**
 - а) в 1956 г.;
 - б) в 1957 г.;
 - в) в 1958 г.;
 - г) в 1959 г.

- 4. В понятие «структура» включается...**
 - а) количество элементов;
 - б) состав и строение;
 - в) цели и задачи;
 - г) средства и методы.

- 5. Скелетон является разновидностью:**
 - а) санного спорта;
 - б) горнолыжного спорта;
 - в) борьбы;
 - г) конькобежного спорта.

- 6. Движение в суставе вокруг фронтальной оси, направленное на увеличение суставного угла, называется:**
 - а) супинацией;
 - б) сгибанием;
 - в) пронацией;
 - г) разгибанием.

7. **«Бич – волей» - это:**
- а) игровое действие;
 - б) пляжный волейбол;
 - в) подача мяча;
 - г) прием мяча.
8. **Какой из методов физического воспитания предусматривает непрерывное выполнение физического упражнения?**
- а) повторный;
 - б) интервальный;
 - в) круговой;
 - г) равномерный.
9. **Резкое кратковременное увеличение темпа движения как тактический прием в скоростных видах спорта (бег, гребля, велогонка и др.) называют:**
- а) синтагм;
 - б) спурт;
 - в) модерато;
 - г) драйв.
10. **Родиной гандбола является:**
- а) Чехословакия;
 - б) Швеция;
 - в) Франция;
 - г) Дания.
11. **Первым приемом прыжков в высоту, осваиваемым на уроках физической культуры в общеобразовательной школе, является...**
- а) перепрыгивание;
 - б) перекидывание;
 - в) перешагивание;
 - г) перелазание.
12. **Способность, как можно дольше удерживать достигнутую максимальную скорость, называется...**
- а) скоростным индексом;
 - б) абсолютным запасом скорости;
 - в) коэффициентом проявления скоростных способностей;
 - г) скоростной выносливостью.
13. **Какие упражнения целесообразно использовать для снижения избыточной массы тела?**
- а) сложно-координационные;
 - б) статические;
 - в) скоростно-силовые;
 - г) циклические.
14. **К какой разновидности физической культуры относится физкультминутка?**
- а) гигиенической;
 - б) производственной;
 - в) базово-продолжительной;
 - г) лечебной.
15. **Под физическим развитием понимается:**
- а) характеристики мышечной силы, быстроты, выносливости;

- б) процесс изменения морфофункциональных свойств организма на протяжении индивидуальной жизни;
- в) комплекс таких показателей, как рост, вес, окружность грудной клетки, жизненная емкость легких, динамометрия;
- г) уровень, обусловленный наследственностью и регулярностью занятий физической культурой и спортом.

16. Какое из упражнений оценивает уровень развития гибкости мышц задней поверхности бедра?

- а) наклон вперед из положения сидя;
- б) поднимание туловища из положения лёжа на спине;
- в) упор лёжа;
- г) мост из положения лёжа.

17. Как называется тип интервала отдыха, который обеспечивает к началу новой части нагрузки полное или относительно полное восстановление организма?

- а) напряжённый;
- б) жёсткий;
- в) ординарный;
- г) минимаксный.

18. Как снизить объём нагрузки в упражнении с внешним отягощением?

- а) снизить вес отягощения;
- б) уменьшить количество повторений;
- в) снизить скорость выполнения упражнения;
- г) уменьшить время отдыха между упражнениями.

19. Под методами физического воспитания понимаются:

- а) основные положения, раскрывающие содержание учебного процесса;
- б) руководящие положения, определяющие организационные формы урока;
- в) конкретные побуждения, причины, заставляющие личность действовать;
- г) способы применения физических упражнений.

20. 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.

Задания в открытой форме

21. В честь афинского воина Филиппидиса, принесшего в Афины весть о победе над персами в античные времена, во время современных Игр Олимпиады проводятся соревнования ...

22. Способность следить за намеченной программой действий и контролировать её в соответствии с поставленными задачами, достижениями.

23. Траектория движения характеризуется _____, _____ и амплитудой.

24. Основное рабочее движение, обеспечивающее продвижение пловца в воде, обозначается как ...

25. Состояние устойчивого положения тела в пространстве обозначается как ...

Задания на установление соответствия

26. Установите соответствие между видом спорта и названием времени игры.

	Вид спорта		Название времени игры
1	футбол	А	энд
2	баскетбол	Б	сет
3	хоккей	В	тайм
4	теннис	Г	раунд
5	бокс	Д	четверть
6	кёрлинг	Е	период

27. Установите соответствие между видом спорта и его основателем

	Вид спорта		Основатель
1	Баскетбол	А	Уильям Морган
2	Волейбол	Б	Уолтер Уингфилд
3	Теннис	В	Джеймс Нейсмит
4	Самбо	Г	Джеймс Крейтон
5	Хоккей	Д	Василий Ощепков

28. Установите соответствие между гимнастическим элементом и его правильным терминологическим названием

	Гимнастический элемент		Терминологическое название
1	«колесо»	А	переднее равновесие
2	«козлик»	Б	переворот в сторону с поворотом на 90°
3	«ласточка»	В	переворот в сторону
4	«ножницы»	Г	медленный переворот вперед или назад
5	«рондат»	Д	прыжок со сменой согнутых ног
6	«перекидка»	Е	прыжок со сменой прямых ног

Задания на установление правильной последовательности

29. Укажите стили плавания и порядок прохождения этапов в комбинированной эстафете 4x100 метров. Ответ цифрами запишите в бланк ответов.

1. баттерфляй;
2. брасс;

3. вольный стиль (кроль на груди);
4. плавание на спине (кроль на спине).

30. Установите правильную последовательность обучения техники броска баскетбольного мяча двумя руками от груди:

- А) Броски мяча со средней дистанции (3м – 3,60м);
- Б) Согласованность движений рук и ног;
- В) Броски мяча в сочетании с другими техническими приёмами;
- Г) Исходное положение;
- Д) Бросок мяча с близкой дистанции (1,5м – 2м);
- Е) Выпуск мяча с различной траекторией полёта.

Вы закончили выполнение заданий.

Поздравляем!