

**Задания в закрытой форме**

**1. Инициатором возрождения Олимпийских игр современности является:**

- а) Римский император Феодосий I
- б) барон Пьер де Кубертен
- в) философ-мыслитель древности Аристотель
- г) Хуан Антонио Самаранч

**2. Главный принцип 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

**3. В программу Олимпийских игр 2016 года в Рио-де-Жанейро были вновь включены два новых вида спорта:**

- а) гольф
- б) дзюдо
- в) каратэ
- г) регби-7

**4. Летняя универсиада 2017 года прошла в городе:**

- а) Алма-Ата (Казахстан)
- б) Казань (Россия)
- в) Стамбул (Турция)
- г) Тайбэй (Китай)

**5. Матч открытия чемпионата мира по футболу-2018 проходил на стадионе:**

- а) Казань Арена (Казань)
- б) Санкт Петербург (Санкт Петербург)
- в) Лужники (Москва)
- г) Фишт (Сочи)

**6. Сила движения – это:**

- а) пространственная ориентация поступательного движения
- б) мера физического воздействия тела человека или его части на объекты внешней среды
- в) пространственный рисунок тела и его частей
- г) способность человека преодолевать внешнее сопротивление

**7. Амплитуда движения измеряется:**

- а) в минутах
- б) в метрах
- в) в угловых градусах
- г) в секундах

**8. Лордоз – это:**

- а) искривление позвоночника вперёд
- б) искривление позвоночника назад
- в) искривление позвоночника вправо
- г) искривление позвоночника влево

**9. Физические упражнения, используемые для исправления различных деформаций опорно-двигательного аппарата, называются:**

- а) подводящими
- б) имитационными
- в) корригирующими
- г) общеразвивающими

**10. Наиболее информативным, объективным и широко используемым в практике физического воспитания и спорта показателем реакции организма на физическую нагрузку, является:**

- а) время выполнения двигательного действия
- б) продолжительность сна
- в) частота сердечных сокращений
- г) коэффициент выносливости

**11. Основу двигательных способностей человека составляют:**

- а) психодинамические задатки
- б) физические качества
- в) двигательные умения
- г) двигательные навыки

**12. Годичный цикл спортивной тренировки делится на следующие периоды:**

- а) втягивающий, базовый, восстановительный
- б) подготовительный, соревновательный, переходный
- в) тренировочный, основной, соревновательный
- г) осенний, зимний, весенний, летний

**13. Желтая карточка в футболе означает:**

- а) замену игрока
- б) дисквалификацию игрока
- в) удаление
- г) предупреждение

**14. Термин «условный рефлекс» впервые был введен:**

- а) А.Н. Крестовниковым
- б) А.Н. Леонтьевым
- в) И.П. Павловым
- г) И.М. Сеченовым

**15. Здоровье человека прежде всего зависит:**

- а) от состояния окружающей среды
- б) от наследственности
- в) от состояния медицины
- г) от образа жизни

**16. Необходимость подготовки людей к жизни, труду, другим видам деятельности исторически обусловила возникновение:**

- а) физической культуры
- б) физического воспитания
- в) физического совершенства
- г) видов спорта

**17. Состояние организма, характеризующееся функциональными изменениями, произошедшими под влиянием выполнения упражнений, называется:**

- а) развитие
- б) закаленность
- в) тренированность
- г) подготовленность

**18. 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

**19. Вероятность травм при занятиях физическими упражнениями снижается, если занимающиеся:**

- а) переоценивают свои возможности
- б) следуют указаниям преподавателя
- в) владеют навыками выполнения движений
- г) не умеют владеть своими эмоциями

**20. Бег с остановками и изменением направления по сигналу преимущественно способствует совершенствованию:**

- а) координации движений
- б) техники движений
- в) скоростной силы
- г) быстроты реакции

**21. В школьной программе по гимнастике изучаются два основных способа лазанья по канату:**

- а) лазанье на одних руках
  - б) лазанье в два приема
  - в) лазанье в три приема
  - г) лазанье в четыре приема
- (Отметьте все варианты)

**22. Размеры баскетбольной площадки составляют:**

- а) 9x18 м
- б) 12x24 м
- в) 14x26 м
- г) 15x28 м

### Задания в закрытой форме

23. В сложно-координационных видах спорта последовательное сочетание элементов в композиционно оправданном порядке называется – ...
24. В подростковом возрасте силовые упражнения могут служить препятствием к увеличению ...
25. Прыжковые упражнения на одной или двух ногах для совершенствования прыгучести и силы ног называются ...
26. Красный дыхательный пигмент эритроцитов, участвующий в переносе кислорода от органов дыхания к тканям и углекислого газа от тканей к дыхательным органам, называется ...
27. Запрещенные фармакологические препараты и процедуры, используемые с целью стимуляции физической и психической работоспособности спортсмена, называются – ...







### Задание на установление соответствия

28. Установите соответствие между известными татарстанскими спортсменами, добившимися выдающихся результатов на Олимпийских играх, и видами спорта, в которых они добились:

Фамилия, имя спортсмена		Вид спорта
1. Колесников Николай	А	фехтование
2. Зиннуров Ирек	Б	стендовая стрельба
3. Ларьков Андрей	В	волейбол
4. Гафурзянова Камилла	Г	тяжелая атлетика
5. Егорчев Андрей	Д	лыжные гонки
6. Демина Светлана	Е	водное поло

### Задание с графическим изображением

29. Укажите правильно гимнастический термин каждой акробатической стойки:

1	2	3	4	5	6
					

### Задание на перечисление

30. Перечислите классические лыжные ходы:

**Вы закончили выполнение заданий.  
Поздравляем!**

**Теоретико-методические задания  
муниципального этапа Всероссийской олимпиады школьников  
по предмету «Физическая культура»  
9-11 классы**

**Время на выполнение заданий – 45 минут.  
Максимальное количество баллов –56.**

**Задания в закрытой форме**

**1. Девиз современных Олимпийских игр звучит:**

- а) Veni, Vidi, Vici!
- б) Liberte, Egalite, Fraternite!
- в) Citius, Altius, Fortius!
- г) Words, Words, Words!

**2. Первым представителем России в Международном олимпийском комитете (МОК) был:**

- а) А.Д. Бутовский
- б) П.Ф. Лесгафт
- в) В.Г. Смирнов
- г) Л.Н. Толстой

**3. В неофициальном командном (медальном) зачете на зимних Олимпийских играх 2018 года в Пхенчхане победила команда:**

- а) Германии
- б) Канады
- в) Нидерландов
- г) Норвегии

**4. Первый чемпионат Европы по летним видам спорта в 2018 году прошел в городах:**

- а) Берлин (Германия)
- б) Будапешт (Венгрия)
- в) Глазго (Шотландия)
- г) Париж (Франция)

*(Отметьте все варианты)*

**5. Штаб-квартира ФИФА находится в городе:**

- а) Лозанна (Швейцария)
- б) Лондон (Англия)
- в) Париж (Франция)
- г) Цюрих (Швейцария)

**6. Зимняя универсиада 2021 года состоится в городе:**

- а) Люцерн (Швейцария)
- б) Турин (Италия)
- в) Красноярск (Россия)
- г) Швейцария

**7. Самая титулованная команда за всю историю чемпионатов мира по футболу:**

- а) сборная Бразилии
- б) сборная Германии
- в) Сборная Италии
- г) Сборная Португалии

**8. Статические, динамические, циклические, ациклические и комбинированные физические упражнения относятся к классификации:**

- а) по физиологическому признаку
- б) по признаку спортивной специализации
- в) по признаку особенностей мышечной деятельности
- г) по биомеханическому признаку

**9. Способность человека, как можно дольше удерживать достигнутую максимальную скорость, называется:**

- а) скоростным индексом
- б) абсолютным запасом скорости
- в) коэффициентом проявления скоростных способностей
- г) скоростной выносливостью

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

- а) неполного восстановления работоспособности

- б) полного восстановления работоспособности
- в) сверхвосстановления
- г) повышенной работоспособности

**11. Основу неравномерности и гетерохронности развития физических качеств составляют:**

- а) биологические ритмы
- б) сенситивные периоды
- в) этапы онтогенетического развития
- г) период полового созревания

**12. Отличительными признаками двигательного умения являются:**

- а) слитность, автоматизм, экономичность
- б) нестабильность, неустойчивость, излишние мышечные затраты
- в) системность в движениях, автоматизм, вариативность
- г) стабильность, экономичность, вариативность

**13. Вид воспитания, специфическим содержанием которого являются обучение движениям, воспитание физических качеств, овладение специальными физкультурными знаниями и формирование осознанной потребности в физкультурных занятиях, называется:**

- а) физической культурой
- б) физической подготовкой
- в) физическим воспитанием
- г) физическим образованием

**14. 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

**15. 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

**16. Основным критерием эффективности многолетней спортивной подготовки является:**

- а) максимальный фонд двигательных умений и навыков
- б) наивысший уровень развития физических качеств
- в) здоровье спортсмена
- г) наивысший спортивный результат

**17. Система организационно-методических мероприятий, позволяющих наметить направление специализации юного спортсмена в определенном виде спорта, называется:**

- а) спортивным отбором
- б) спортивной ориентацией
- в) педагогическим тестированием
- г) диагностикой предрасположенности

**18. Реакция организма на физическую нагрузку в процессе урока (занятия) определяется с помощью:**

- а) оперативного контроля
- б) текущего контроля
- в) итогового контроля
- г) рубежного контроля

**19. В соответствии с состоянием здоровья, физическим развитием, уровнем физической подготовленности все школьники для занятий физической культурой распределяются на следующие медицинские группы:**

- а) слабую, среднюю, сильную
- б) основную, подготовительную, специальную
- в) без отклонений в состоянии здоровья, с отклонениями в состоянии здоровья
- г) оздоровительную, физкультурную, спортивную

**20. 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

**21. Теоретико-методический раздел учебного предмета «Физическая культура» в программе общеобразовательной школы включает:**

- а) фундаментальные знания общетеоретического характера
- б) инструктивно-методические знания
- в) знания о правилах выполнения двигательных действий
- г) все перечисленное

**22. Конечной целью и сущностью спорта является:**

- а) физическое совершенствование человека, реализуемое в условиях соревновательной деятельности
- б) совершенствование двигательных умений и навыков
- в) выявление, сравнение и сопоставление человеческих возможностей
- г) развитие физических (двигательных) способностей в соответствии с индивидуальными возможностями занимающихся

**23. Главным отличием физических упражнений от других видов двигательной активности является:**

- а) строгая регламентация упражнений
- б) развивающий эффект упражнений
- в) упражнения представляют собой игровую деятельность
- г) они не ориентированы на производство материальных ценностей

**24. Развитие организма человека называется:**

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

**25. Размеры футбольных ворот составляют:**

- а) 300х200 см
- б) 550х220 см
- в) 560х300 см
- г) 732х244 см

#### **Задания в открытой форме**

26. Столица Олимпийских игр выбирается на сессии МОК примерно за ... лет до их проведения.

27. Временное снижение работоспособности под влиянием длительного воздействия нагрузки называется – ...

28. Качественной характеристикой физической нагрузки является ... двигательной активности.

29. Процесс, направленный на воспитание физических качеств, необходимых в жизни и спортивной деятельности называется ... подготовкой.

30. Свойство опорно-двигательного аппарата, обуславливающее возможность выполнения движений с большой амплитудой, называется – ...

#### **Задания на установление соответствия**

31. Установите соответствие между именами татарстанских спортсменов, добившихся выдающихся результатов на Олимпийских играх, и видами спорта, в которых они добились:

<b>Фамилия, имя спортсмена</b>		<b>Вид спорта</b>
1. Курынов Александр	А	волейбол
2. Денисенко Алексей	Б	стендовая стрельба
3. Сафин Ринат	В	гандбол
4. Лихачев Валерий	Г	тхэквондо
5. Шкурихина Дарья	Д	лыжные гонки
6. Михайлов Максим	Е	легкая атлетика
7. Шубина Людмила	Ж	тяжелая атлетика
8. Галкина-Самитова Гульнара	И	художественная гимнастика
9. Ларьков Андрей	К	биатлон
10. Мосин Василий	Л	велоспорт-шоссе

32. Установите соответствие между отечественными учеными и их научными достижениями:

<b>Фамилия И.О. известных ученых</b>		<b>Научные достижения</b>
--	--	---------------------------

1. Крестовников А.Н.	А	основоположник спортивной медицины
2. Лесгафт П.Ф.	Б	описал физиологию физических упражнений
3. Летунов С.П.	В	создатель науки о высшей нервной деятельности
4. Павлов И.П.	Г	основатель научной системы физического воспитания
5. Рудик П.А.	Д	основоположник научной педагогики в России
6. Ушинский К.Д.	Е	основатель психологии спорта

### **Задания на перечисление**

33. Перечислите программу современного пятиборья на Олимпийских играх:
34. Перечислите соперников сборной команды России в групповом этапе чемпионата мира по футболу-2018:

### **Бонусное задание**

35. Универсальный источник энергии, который участвует в процессе метаболизма и регулирует биохимические реакции в организме – ...

**Вы закончили выполнение заданий.  
Поздравляем!**