**Теоретико-методические задания**

**школьного этапа Всероссийской олимпиады школьников**

**по предмету «Физическая культура»**

**9-11 классы**

***Задания в закрытой форме***

**1. Античные Олимпийские игры назывались праздниками мира потому, что:**

а) Игры Олимпиады отличались миролюбивым характером

б) в период проведения Олимпийских игр прекращались все войны

в) в Играх принимали участие атлеты всего мира

г) Олимпийские игры имели мировую известность

**2. Физическая культура в рабовладельческом обществе имела:**

а) прикладную направленность

б) образовательную направленность

в) воспитательную направленность

г) военную и оздоровительную направленность

**3. Первым президентом Международного олимпийского комитета был избран:**

а) Пьер де Кубертен

б) Деметриус Викелас

в) Майкл Килланин

г) Алексей Бутовский

**4.** **Международный олимпийский день ежегодно отмечается:**

а) 23 февраля

б) 12 апреля

в) 23 июня

г) 10 сентября

**5. Физическая культура – это:**

а) учреждения и блага, созданные для интенсивного использования физических упражнений в рамках соревновательной деятельности

б) специфическая философия жизни, включающая в себя духовное содержание спорта

в) совокупность социально приобретенных навыков для поддержания хорошей физической формы

г) совокупность общественных идей (цель, формы, мероприятия), существенных для физического совершенствования человека

**6. Физическая культура и спорт в России приобретают черты социального института:**

а) в конце 20-х годов XX столетия

б) в 30-е годы ХХ столетия

в) в 40-е годы ХХ столетия

г) в 50-е годы ХХ столетия

**7. Реализация цели физического воспитания в современной школе осуществляется в процессе решения:**

а) двигательных, гигиенических и просветительских задач

б) закаливающих, психологических и философских задач

в) оздоровительных задач

г) образовательных, оздоровительных и воспитательных задач

**8. Основными средствами физического воспитания являются:**

а) учебные занятия

б) физические упражнения

в) средства обучения

г) средства закаливания

**9. 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

**10. К циклическим локомоциям относятся:**

а) метания

б) прыжки

в) кувырки

г) ходьба и бег

**11. Для получения тренировочного эффекта старшим школьникам необходимо:**

а) посетить три урока физической культуры по 45 минут

б) провести 3-4 занятия продолжительностью от 40 до 90 минут

в) ежедневно выполнять комплексы упражнений

г) посетить не менее двух занятий по 60 минут

**12. Понятие «здоровый образ жизни» характеризуется как:**

а) способ жизнедеятельности индивида, направленный на увеличение

продолжительности жизни

б) культурный феномен, выраженный в заботе о здоровье человека как высшей ценности

в) способ жизнедеятельности человека, связанный с отказом от вредных привычек

г) жизненная позиция, при которой активность индивида выражается в систематических занятиях физическими упражнениями

**13. Понятия «физическая культура» и «спорт» соотносятся как:**

а) синонимы, используемые для обозначения одного вида деятельности

б) физическая культура – это направление спортивной деятельности

в) физическая культура – это часть общей культуры личности, а спорт – явление социальное

г) спорт является доминирующей формой проявления физической культуры

**14. Тесты, проводимые на уроках физической культуры в школе, характеризуют:**

а) уровень физического развития школьников

б) уровень физической работоспособности учащихся

в) уровень физического воспитания в школе

г) уровень функциональной подготовленности учащихся

**15. Уровень физической подготовленности старшего школьника можно контролировать путем определения величины максимального потребления кислорода (МПК) по методу:**

a) Ромберга

б) К. Купера

в) Штанге

г) Генча

**16. Физическое качество, которое совершенствуется при длительном беге в медленном темпе:**

а) сила

б) быстрота

в) общая выносливость

г) специальная выносливость

**17. Кинематическими характеристиками движений являются:**

а) скорость

б) темп

в) амплитуда

г) сила тяги

*(Отметьте все варианты)*

**18. В гимнастике положение занимающегося на снаряде, при котором его плечи находятся ниже точек хвата, называется:**

а) захват

б) упор

в) группировка

г) вис

**19. Волейбол как спортивная игра появился в конце XIX века:**

а) в Канаде

б) в Японии

в) в США

г) в Германии

**20. В волейболе игрок, находящийся в 1-й зоне, при переходе перемещается в зону:**

а) 2

б) 3

в) 5

г) 6

**21. Мяч в баскетболе становится «живым», когда:**

а) он достиг своей высшей точки при спорном броске, и отбивается первым игроком

б) судья передает его в распоряжение игрока, выполняющего штрафной бросок

в) мяча касается игрок на площадке после вбрасывания из-за пределов площадки

г) мячом владеет игрок, находящийся на месте вбрасывания вне пределов площадки

**22. Высота футбольных ворот составляет:**

а) 240 см

б) 244 см

в) 248 см

г) 250 см

***Задания в открытой форме***

23. Система упражнений с отягощением, направленная на развитие силы и создание красивого, гармоничного телосложения называется – …

24. Двигательные действия, которые направлены на решение задач физического воспитания, сформированы и организованы по его закономерностям, называются – …

25. В гимнастике прыжок со снаряда называется – …

26. Соревнования между командами классов без выявления личных результатов учащихся называются – …

27. Занятие физическими упражнениями, направленными на коррекцию фигуры, называется – …

***Задание на установление соответствия***

28. Установите соответствие между видами испытаний ВФСК ГТО и проявляемыми двигательными способностями человека:

|  |  |
| --- | --- |
| Виды испытаний комплекса ГТО | Двигательные способности человека |
| 1. Бег на 60 или 100 метров | а) скоростно-силовые способности |
| 2. Прыжок в длину с места | б) координационные способности |
| 3. Метание мяча в цель | в) скоростные способности |
| 4. Подтягивание на перекладине | г) выносливость |
| 5. Наклон из положения стоя | д) гибкость |
| 6. Бег на 2 км | е) силовые способности |

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

|  |  |
| --- | --- |
| Фамилия, имя спортсмена | Вид спорта |
| 1. Галкина-Самитова Гульнара | а) лыжные гонки |
| 2. Колесников Николай | б) легкая атлетика |
| 3. Колесникова Анастасия | в) синхронное плавание |
| 4. Курынов Александр | г) фехтование |
| 5. Никонова Валентина | д) тяжелая атлетика |
| 6. Симашев Федор | е) тяжелая атлетика |
| 7. Хасянова Эльвира | ж) спортивная гимнастика |

***Задание на перечисление***

30. Перечислите города Российской Федерации, где состоялись игры чемпионата мира по футболу в 2018 году:

**Вы закончили выполнение заданий.**

**Поздравляем!**