

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

**Задания в закрытой форме**

***1. Великий математик, который был чемпионом античных Олимпийских игр в кулачном бою:***

- а) Евклид
- б) Ньютон
- в) Пифагор
- г) Сократ

***2. На открытии современных Олимпийских игр команды идут в порядке алфавита страны-организатора, но по традиции впереди всегда шестует команда одной и той же страны:***

- а) Англии
- б) Греции
- в) Франции
- г) США

***3. Игры XXXII Олимпиады в 2020 году состоятся:***

- а) в Мадриде, Испания
- б) в Стамбуле, Турция
- в) в Токио, Япония
- г) в Париже, Франция

***4. В программе Олимпийских игр по легкой атлетике разыгрываются:***

- а) 24 комплекта медалей
- б) 36 комплектов медалей
- в) 45 комплектов медалей
- г) 47 комплектов медалей

***5. Зимние Олимпийские игры в 2022 году пройдут:***

- а) в Анси (Франция)
- б) в Мюнхене (Германия)
- в) в Пекине (Китай)
- г) в Пхенчхане (Республика Корея)

***6. Длина дистанции в биатлоне в масс старте у мужчин составляет:***

- а) 10 км
- б) 12,5 км
- в) 15 км
- г) 20 км

**7. В программу Олимпийских игр 2020 года вновь вошли:**

- а) бейсбол
- б) каратэ
- в) серфинг
- г) скалолазание

*(Отметьте все варианты)*

**8. В программе зимних Олимпийских игр по лыжным гонкам разыгрываются:**

- а) 6 комплектов медалей
- б) 10 комплектов медалей
- в) 12 комплектов медалей
- г) 14 комплектов медалей

**9. Уроженка Татарстана Данилова Ольга стала трехкратной Олимпийской чемпионкой:**

- а) по легкой атлетике
- б) по лыжным гонкам
- в) по биатлону
- г) по стрельбе из лука

**10. Количество видов испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения золотого, серебряного и бронзового знаков отличия ВФСК «Готов к труду и обороне» в возрастной группе 16-17 лет (V ступень) составляет соответственно:**

- а) 6-5-4
- б) 7-6-5
- в) 8-7-6
- г) 9-8-7

**11. Один из видов спортивной гимнастики, включающий в себя кувырки, перекаты, перевороты, сальто и упражнения на равновесие называется:**

- а) акробатика
- б) вольные упражнения
- в) ритмическая гимнастика
- г) опорные прыжки

**12. В легкой атлетике основными способами прыжка в высоту с разбега являются:**

- а) перекат
- б) перекидной
- в) ножницы
- г) фосбери-флоп

*(Отметьте все варианты)*

**13. Выполнение силовых упражнений с умеренным отягощением (50 - 60% от максимального веса) и предельным количеством повторений способствует:**

- а) увеличению абсолютной силы
- б) росту мышечной массы
- в) увеличению относительной силы
- г) росту взрывной силы

*(Отметьте все варианты)*

**14. Универсальным источником энергии во всех живых организмах является:**

- а) аденозинмонофосфорная кислота
- б) аденозиндифосфорная кислота
- в) аденозинтрифосфорная кислота
- г) молочная кислота

**15. Упражнения на координацию целесообразно выполнять:**

- а) в подготовительной части урока
- б) в начале основной части урока
- в) в середине основной части урока
- г) в заключительной части урока

**16. Легкую атлетику называют «королевой спорта» потому, что:**

- а) легкоатлетическая программа самая представительная на Олимпийских играх
- б) бег, прыжки, метания являются неотъемлемой частью тренировки спортсменов во всех видах спорта
- в) с помощью средств легкой атлетики можно развивать большинство физических качеств
- г) легкая атлетика самый доступный вид спорта

**17. Регулярное выполнение комплексов упражнений, составляющих содержание утренней гигиенической гимнастики, способствует:**

- а) повышению силы и выносливости
- б) развитию физических качеств
- в) формированию волевых качеств
- г) обучению двигательным действиям

**18. Изометрические упражнения применяются для совершенствования:**

- а) общей выносливости
- б) скоростных способностей
- в) скоростно-силовых способностей
- г) силовых способностей

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

- а) захват
- б) упор
- в) группировка
- г) вис

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

- а) сила
- б) быстрота
- в) общая выносливость
- г) специальная выносливость

**21. Кинематическими характеристиками движений являются:**

- а) скорость
- б) темп
- в) амплитуда
- г) сила тяги

*(Отметьте все варианты)*

**22. Для заключительной части урока физической культуры характерны:**

1) упражнения на выносливость; 2) дыхательные упражнения;  
3) силовые упражнения; 4) скоростные упражнения; 5) упражнения на гибкость; 6) упражнения на внимание

- а) 1, 5
- б) 2, 4
- в) 3, 5
- г) 2, 6

### **Задания в открытой форме**

**23.** К физическим качествам, определяющим уровень развития двигательных способностей человека, относятся: сила ..., гибкость, выносливость и ...

**24.** Баскетбол – командная спортивная игра с мячом на площадке размерами ... и командами по ... игроков

**25.** В гимнастике прыжок со снаряда называется – ...

**26.** Качественной характеристикой физической нагрузки является – ...

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

## Задания на установление соответствия

28. Установите соответствие между видами спорта и регламентом игры

Виды спорта	Регламент
1. Баскетбол	а) сет
2. Волейбол	б) тайм
3. Керлинг	в) партия
4. Теннис	г) четверть (период)
5. Футбол	д) энд
6. Хоккей	е) период

29. Установите соответствие между именами татарстанских спортсменов, завоевавших золотые медали на Олимпийских играх, и видами спорта, в которых они завоевали:

Фамилия, имя спортсмена	Вид спорта
1. Курынов Александр	а) лыжные гонки
2. Сафин Ринат	б) легкая атлетика
3. Шубина Людмила	в) биатлон
4. Нурутдинова Лилия	г) тяжелая атлетика
5. Гилязова Наиля	д) гандбол
6. Симашев Федор	е) фехтование

## Задание на перечисление

30. Перечислите способы прыжка в длину с разбега:

---

---

---

**Вы закончили выполнение заданий.**

**Поздравляем!**