**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ЭТАПА ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ
ШКОЛЬНИКОВ ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»
9-11 КЛАССЫ**

I тур – теоретико-методический

Инструкция по выполнению задания в 9-11 классах.

Вам предлагаются 30 вопросов, соответствующих требованиям к уровню знаний выпускников основной школы повышенного уровня по предмету «Физическая культура».

К каждому вопросу (с 1 по 20) предложено 4 варианта ответа. Среди них содержатся как правильные, так и не правильные ответы. Правильным может быть только один (или несколько, если предложено отметить все правильные позиции) – тот, который наиболее полно соответствует смыслу вопроса.

Внимательно читайте вопросы и предлагаемые варианты ответов. Ваша задача заключается в выборе ответа из 4 вариантов, которые, по Вашему мнению, является правильным. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор.

Выбранные варианты отмечаются в бланке ответов: «а», «б», «в» или «г»;

В заданиях 13 и 14 необходимо отметить все правильные, на ваш взгляд, варианты.

Задания (с 21 по 25) представлены в форме незавершенных утверждений, которые при завершении могут оказаться либо истинными, либо ложными. При выполнении этих заданий необходимо самостоятельно подобрать слово, которое, завершая утверждение, образует истинное высказывание.

Подобранное слово вписывается в соответствующую графу бланка ответов.

Задания 26 – 28 направлены на перечисление каких-либо фактов или явлений.

Заданиях 29 и 30 необходимо сопоставить события и факты.

Будьте внимательны, отмечая правильные ответы в бланке. **Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ.**

Желаем успеха!

Контрольные вопросы по инструкции к тексту:

1. Вам понятна инструкция к тесту:

- а. Да, понятна.
- б. Нет, не понятна.
- в. Не полностью.
- г. Не знаю.

2. Вы хотели бы задать вопросы для уточнения задания?

- а. Да.
- б. Нет.
- в. Не знаю.
- г. Да, но стесняюсь.

Задания в закрытой форме

1. Священное перемирие, заключаемое на время проведения античных Игр Олимпиад, именовалось как...

- а) анахарсис;
- б) экехерия;
- в) эланодокия;
- г) меланкомос.

2. Закаливание – это...

- а) способность организма противостоять различным заболеваниям;
- б) способность организма противостоять различным метеофакторам;
- в) повышение сопротивляемости организма к различным внешним воздействиям;
- г) адаптированность к физическим нагрузкам.

3. Показатели частоты сердечных сокращений, артериального давления, жизненной емкости легких, мышечной силы рук, становой силы относятся к ...показателям физического развития человека.

- а) соматометрическим;
- б) физиометрическим;
- в) функциональным;
- г) техническим.

4. В Паралимпийских играх спортсмены не состязаются в группе лиц...

- а) с ампутациями и прочими двигательными нарушениями;
- б) с заболеваниями кардиореспираторной системы;
- в) с церебральным параличом;
- г) с нарушением органов зрения.

5. Торможение в беге на лыжах осуществляется приёмом, обозначаемым как...

- а) ёлочка;
- б) борона;
- в) лесенка;
- г) плуг.

6. Мышцы, работающие в суставе в одном направлении, являются ...

- а) антогонистами;
- б) двуглавыми;
- в) синергистами;
- г) гладкими.

7. Количество попаданий при бросках одной рукой баскетбольного, гандбольного и волейбольного мяча в кольцо позволяет оценить...

- а) социально значимые психические качества;
- б) устойчивость к комбинированным нагрузкам;

- в) способность управлять свойствами внимания;
- г) способность дифференцировать мышечные напряжения.

8. Перечень запрещенных субстанций и методов (запрещенный список), который составляется Всемирным антидопинговым агентством (WADA) пересматривается...

- а) не реже одного раза в год;
- б) через 2 года;
- в) через 3 года;
- г) через 4 года (в соответствии с олимпийским циклом).

9. Физическую работоспособность человека позволяет определить тест...

- а) Кубертена;
- б) Купера;
- в) Ромберга;
- г) Мартине-Кушелевского.

10. Выделите все формы проявления быстроты движений...

1. время двигательной реакции;
2. динамическая устойчивость тела;
3. скорость одиночного движения;
4. частота (темп) движений;
5. статическая устойчивость тела;
6. различительная чувствительность движений.

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

11. Президентом Олимпийского комитета России в настоящее время является:

- а) Жуков Александр Дмитриевич;
- б) Поздняков Станислав Алексеевич;
- в) Смирнов Виталий Георгиевич;
- г) Тягачёв Леонид Васильевич.

12. Женский баскетбол был впервые включён в программу Олимпийских игр в ...

- а) в 1952 году, Хельсинки, XV Олимпийские игры;
- б) в 1964 году, Токио, XVIII Олимпийские игры;
- в) в 1972 году, Мюнхен, XX Олимпийские игры;
- г) в 1976 году, Монреаль, XXI Олимпийские игры.

13. Внешнюю сторону нагрузки в отдельных физических упражнениях характеризует... *Отметьте все позиции.*

- а) интенсивность упражнения;
- б) продолжительность выполнения упражнения;
- в) утомление;

г) частота пульса.

14. Для оценивания состояния нервной регуляции сердечно-сосудистой системы используются следующие функциональные пробы с переменной положения тела... Отметьте все позиции.

- а) Генчи;
- б) клиностатическая;
- в) ортостатическая;
- г) Ромберга.

15. Принцип «строгой ответственности» в применении допинговых препаратов в спорте заключается в том, что:

- а) спортсмен может быть наказан за допинг, только если будет доказано, что он принимал запрещенную субстанцию намеренно;
- б) когда спортсмен принимает запрещенную субстанцию, он должен обязательно обсудить это со своим врачом;
- в) спортсмен несет ответственность за все, что попадает в его организм;
- г) спортсмен не несет ответственности, если он принимал лекарство, в состав которого входила допинговая субстанция.

16. Участник, выполняя тестовые испытания ВФСК ГТО не выполнил норматив теста комплекса на знак отличия. Может ли он пройти повторное тестирование и в какие сроки?

- а) нет, не имеет права;
- б) он имеет право один раз в отчетный период пройти повторное тестирование, но не ранее чем через 45 календарных дней со дня совершения первой попытки выполнения норматива испытания;
- в) он имеет право неоднократно проходить повторное тестирование в отчетный период;
- г) он имеет право неоднократно проходить повторное тестирование в любое время.

17. Какое количество нормативов испытаний (тестов) ГТО необходимо выполнить, чтобы получить золотой знак отличия в V возрастной ступени (16-17 лет)?

- а) 6 б) 9 в) 7 г) 8

18. Олимпийская клятва арбитров прозвучала впервые в ...?

- а) 1952;
- б) 1960;
- в) 1968;
- г) 1972.

19. Умение выбрать место и держать игрока с мячом и без мяча в баскетболе формируется при обучении тактическим действиям в.....

- а) нападении;
- б) защите;

- в) противодействию;
- г) взаимодействию.

20. Минимальное количество энергии, необходимое для обеспечения нормальной жизнедеятельности организма в стандартных условиях обозначается как:

- а) как нормальная жизнедеятельность;
- б) «золотая середина»;
- в) баланс энергии;
- г) основной обмен.

Задания в открытой форме

21. Регистрация биотоков сердца называется...

22. Спортивный снаряд, представляющий из себя конструкцию из металлической рамы и упругой сетки, натянутой с помощью пружин, называется...

23. Установленное размещение занимающихся для совместных действий называется ...

24. Система общеразвивающих упражнений в воде, выполняемых под музыку, называется...

25. О некультурном человеке древние эллины говорили: «Не умеет ни читать, ни...!».

Задания, предполагающие перечисление

26. Перечислите основные фазы движений, на которые условно подразделяют бег на короткие дистанции (или спринт). Ответ запишите в бланк ответов.

27. Перечислите виды спорта, входящие в соревнования по современному пятиборью.

28. Назовите вид спорта, имя и фамилию спортсмена, который зажигал огонь Игр XXII Олимпиады.

Задания на установление соответствия

29. Укажите виды спорта, в которых прославились эти спортсмены олимпийцы, вписав цифры в соответствующие поля бланка ответов.

Имя и фамилия спортсмена		Вид спорта	
А	Александр Медведь	1	баскетбол
Б	Владимир Сальников	2	бокс
В	Галина Кулакова	3	борьба
Г	Галина Прозуменщикова	4	водное поло
Д	Евгений Тищенко	5	волейбол

Е	Елена Веснина	6	лыжные гонки
Ж	Илья Кулик	7	плавание
З	Кирилл Капризов	8	скоростной бег на коньках
И	Лариса Латынина	9	спортивная гимнастика
К	Светлана Журова	10	теннис
		11	фигурное катание
		12	хоккей

30. Установите соответствие между известными владимирскими спортсменами, добившимися выдающихся результатов на Олимпийских играх и годами, в которых они добились успеха:

Имя и фамилия спортсмена		год	
А	Виктор Лосев – футбол	1	1968,1972
Б	Николай Андрианов –гимнастика	2	1964
В	Альберт Мокеев – современное пятиборье	3	1972, 1976
Г	Павел Кузнецов – тяжелая атлетика	4	1960
Д	Александр Курынов - тяжелая атлетика	5	1988
Е	Алексей Прокуроров - лыжные гонки	6	1992
Ж	Анфиса Резцова – биатлон	7	1998
З	Ольга Данилова - лыжные гонки	8	
И	Владимир Артемов - гимнастика	9	
К	Любовь Андрианова-Бурда – Гимнастика	10	