

**ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ 2020–2021 уч. г.**

9-11 класс код

№ _____

- 1. Теоретический материал учебного предмета "Физическая культура" в общеобразовательной школе включает в себя:**
 - а. фундаментальные знания общетеоретического характера;
 - б. инструктивно-методические знания;
 - в. знания о правилах выполнения двигательных действий;
 - г. все перечисленное.
- 2. Специфические прикладные функции физической культуры преимущественно проявляются в сфере:**
 - а. производственной деятельности;
 - б. образования;
 - в. спорта общедоступных достижений;
 - г. организации досуга.
- 3. 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 усилия.
- 4. Что называется, разминкой?**
 - а. подготовка организма к предстоящей работе;
 - б. чередование беговых и общеразвивающих упражнений;
 - в. чередование лёгких и трудных общеразвивающих упражнений;
 - г. стартовая готовность.
- 5. В какой игре используются нижеперечисленные приемы?**
 - а. остановка мяча бедром;
 - б. удар головой с разбега;
 - в. финт остановкой с наступанием и без наступания на мяч;
 - г. отбор мяча подкатом.

Ответ: _____

- 6. По команде «кругом» выполняется следующая последовательность действий:**
 - а. осуществляется поворот в сторону правой руки на правой пятке, левом носке на 180 и приставляют левую ногу к правой;
 - б. осуществляется поворот в сторону левой руки на левой пятке, правом носке на 180 и приставляют правую ногу к левой;
 - в. ожидается команда «марш»;
 - г. поворот осуществляется в произвольном направлении.
- 7. С какого года в России физическое воспитание становится обязательным предметом в школе по 2 часа в неделю?**
 - а. С 1940;
 - б. С 1920;
 - в. С 1970;
 - г. С 2011.
- 8. По какому показателю можно судить о функциональных возможностях внешнего дыхания?**
 - а. по величине жизненной емкости легких (ЖЕЛ);
 - б. по частоте сердечных сокращений (ЧСС);
 - в. по максимальному потреблению кислорода (МПК);
 - г. все перечисленное.

- 9. Оздоровительное значение физических упражнений обуславливает их:**
- а. гигиена;
 - б. техника;
 - в. форма;
 - г. содержание.
- 10. В Элладе победитель в пентатлоне, включающем бег, прыжок, метание диска и копья, а также борьбу, определялся ...**
- а. на основе принципов гуманизма;
 - б. на основе принципа выбывания;
 - в. по сумме занятых мест;
 - г. по количеству побед.
- 11. К брюшному прессу не относится ...**
- а. квадратная мышца поясницы;
 - б. диафрагма;
 - в. большая ромбовидная мышца;
 - г. мышцы тазового дна.
- 12. Наиболее распространенным методом воспитания выносливости является использование ...**
- а. фартлека;
 - б. равномерного непрерывного упражнения;
 - в. интервального режима;
 - г. непрерывного упражнения в переменном режиме.
- 13. Нормативные функции физической культуры особенно ярко проявляются ...**
- а. в спорте;
 - б. базовой физической культуре;
 - в. школьной физической культуре;
 - г. кондиционной физической культуре.
- 14. Российский олимпийский комитет (РОК) был создан...**
- а. 1911 г.;
 - б. 1912 г.;
 - в. 1989.;
 - г. 1996 г.
- 15. Наиболее высокие темпы физического развития наблюдаются в ...**
- а. дошкольном возрасте;
 - б. среднем школьном возрасте;
 - в. младшем школьном возрасте;
 - г. старшем школьном возрасте.
- 16. Люди, систематически занимающиеся физическими упражнениями в сочетании с использованием оздоровительных сил природы, отличаются ...**
- а. фагоцитарной устойчивостью;
 - б. бактерицидной устойчивостью;
 - в. специфической устойчивостью;
 - г. неспецифической устойчивостью.
- 17. До какого счета идет игра в волейболе в решающей партии?**
- а. до 25;
 - б. до 15;
 - в. до 10;
 - г. до 12.
- 18. Сколько раз разрешается подбрасывать мяч, чтобы выполнить подачу?**
- а. сколько хочешь;
 - б. один раз
 - в. если мяч свободно падает на пол, то 2 раза;
 - г. пока не кончится время.

2)



29. Прохождение дистанции группой спортсменов, выделенных из общего числа участников путём жеребьёвки или по предварительным данным и стартующих одновременно, обозначается, как _____
30. Сохранение равновесия тела путем изменения положения его отдельных звеньев обозначается, как _____
31. Купание в проруби зимой, эффективное средство оздоровления, обозначается как _____
32. Основным идентификационным признаком участника соревнований является _____
33. Путешествие с активным способом передвижения в отдаленных от места жительства районах с образовательной, оздоровительной, спортивной, или исследовательской целью называется _____
34. Установите соответствие между спортсменами и атрибутами их вида спорта
- | <u>спортсмены</u> | <u>атрибуты</u> |
|--------------------|-----------------|
| а. Елена Исинбаева | 1) ракетка |
| б. Даниил Медведев | 2) мяч |
| в. Андрей Аршавин | 3) болид |
| г. Даниил Квят | 4) шест |
35. Сопоставьте названия спортивных игр и имена авторов, сформулировавших их правила.
- | | |
|---------------|------------------------|
| а. Волейбол. | 1. Эбенезер Кооб Морли |
| б. Баскетбол. | 2. Хольгер Нильсен |
| в. Гандбол | 3. Джеймс Нейсмит. |
| г. Футбол | 4. Вильям Морган. |

Количество правильных ответов _____

_____	(_____)
Подпись	Ф.И.О
_____	(_____)
Подпись	Ф.И.О