

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

**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 шествует 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 – .....

### **Задание на перечисление**

**28. Перечислите способы прыжка в длину с разбега:**

---

---

---