

Всероссийская олимпиада школьников по физической культуре
Школьный этап
9–11-е классы

135

код № ФК 9190103

- + 1. Какую награду получал победитель Олимпийских игр?
А. Денежное вознаграждение.
Б. Медаль и кубок.
В. Венок из ветвей оливкового дерева.
Г. Звание аристократа.
- 2. В каком году был создан Международный олимпийский комитет?
А. В 1898 г.,
Б. В 1911 г.,
В. В 1923 г.,
Г. В 1894 г.
- + 3. Когда Всесоюзный совет физической культуры утвердил положение о комплексе ГТО?
А. 7 марта 1931 г.,
Б. 24 мая 1931 г.,
В. 8 июня 1933 г.,
Г. 1 июня 1934 г.
- + 4. Метод длительного равномерного упражнения применяется для развития:
а) гибкости,
б) силы,
в) выносливости,
г) координационных способностей.
- 5. Недостаток мышечной активности современного человека называют:
а) гипокинезия,
б) атрофия,
в) гипоксия,
г) гипертрофия.
- + 6. На этапе начального разучивания техники двигательного действия целью обучения является:
а) сформировать у ученика основы техники изучаемого движения и добиться его выполнения в общих чертах;
б) завершить формирование двигательного умения;
в) детализированно освоить и закрепить технику изучаемого двигательного действия;
г) достичь слитности и стабильности выполнения фаз и частей техники изучаемого двигательного действия.
- + 7. Пятикратный олимпийский чемпион по борьбе, завоевавший 5 золотых медалей на Олимпийских играх.
а) Александр Карелин,
б) Александр Медведь,
в) Михаил Лопес,
г) Ясмани Акосту.
- 8. При регулярных занятиях физическими упражнениями всегда наблюдается снижение:
а) артериального давления,
б) объема крови в организме,
в) мышечной массы,
г) ЧСС.

- + 9. Наиболее важную часть способа решения двигательной задачи принято обозначать как:
 - а) основу техники,
 - б) главное звено техники,
 - в) детали техники,
 - г) корень техники.

- + 10. Подготовительные упражнения применяются:
 - а) если необходимо устранять причины возникновения ошибок;
 - б) если в двигательном фонде отсутствуют опорные элементы;
 - в) если обучающийся недостаточно физически развит;
 - г) если применяется метод целостно-аналитического упражнения.

- 11. Осанкой называется:
 - а) силуэт человека;
 - б) привычная поза человека в вертикальном положении;
 - в) качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие;
 - г) пружинные характеристики позвоночника и стоп.

- + 12. В каких единицах измеряется суточная двигательная активность человека?
 - А. Частота пульса.
 - Б. Количество занятий.
 - В. Количество шагов.
 - Г. Количество выполненных физических упражнений за занятие.

- + 13. Уровень развития двигательных способностей человека определяется:
 - а) тестами (контрольными упражнениями);
 - б) индивидуальными спортивными результатами;
 - в) разрядными нормативами единой спортивной классификации;
 - г) индивидуальной реакцией организма на внешнюю (стандартную) нагрузку.

- 14. К специфическим методам физического воспитания относятся:
 - а) словесные методы (распоряжения, команды, указания) и методы наглядного воздействия;
 - б) методы строго регламентированного упражнения, игровой и соревновательный методы;
 - в) методы срочной информации;
 - г) практический метод, видеометод, методы самостоятельной работы, методы контроля и самоконтроля.

- 15. В какой из частей урока решаются задачи урока?
 - А. В подготовительной.
 - Б. В основной.
 - В. В заключительной.
 - Г. В каждой из частей.

- + 16. Дополните определение: «Сила – это способность преодолевать __ или противостоять ему за счёт ____».
 - А. Внутреннее сопротивление, мышечного напряжения;
 - Б. Физическую нагрузку, мышечного напряжения;
 - В. Физические упражнения, внутреннего потенциала;
 - Г. Внешнее сопротивление, мышечного усилия.

- + 17. Кто представляет страну на Олимпийских играх в соответствии с Олимпийской хартией?
 - А. Национальный олимпийский комитет.
 - Б. Президент страны.
 - В. Национальные спортивные федерации.
 - Г. Министерство спорта.

- 18. Как называют резкое кратковременное увеличение темпа движения по ходу дистанции (тактический приём в беге на 2000 м)?
 - А. Спурт.
 - Б. Старт.
 - В. Форсаж.
 - Г. Гипертрофия.
- + 19. Какие из перечисленных методов можно отнести к методам словесного воздействия?
 - А. Счёт во время выполнения упражнения.
 - Б. Хлопки для задания ритма упражнения.
 - В. Сигнал свистком для начала игры.
 - Г. Выстрел на старте дистанции.
- + 20. Самый эффективный способ выполнения физических упражнений.
 - А. Техника.
 - Б. Умение.
 - В. Навык.
 - Г. Результат.
- 21. Временное снижение работоспособности называется усталость
- 22. Периоды биологического развития, в пределах которых формируются наиболее благоприятные условия совершенствования отдельных свойств организма и способностей человека, принято обозначать как _____

23. Установите соответствие между видом спортивной игры и правилами соревнований.

№ п/п	Вид спортивной игры	№ п/п	Правила игры
1	Футбол	а	Основное время – 90 минут. Количество игроков: 11 x 11. Дополнительное время (два тайма по 15 минут), серия 12-метровых ударов. Ничья допускается
2	Волейбол	б	Основное время – 90 минут. Количество игроков: 11 x 11. Дополнительное время, пенальти. Ничья допускается
3	Баскетбол	в	Основное время – 60 минут. Количество игроков: 7 x 7. Дополнительный тайм, 7-метровые удары. Ничья допускается
4	Хоккей на траве	г	Время игры до 3 побед одной команды. Количество игроков: 6 x 6. Ничья невозможна
5	Гандбол	д	«Чистое» время – 40 минут. Количество игроков: 5 x 5. Овертайм до победы
6	Хоккей с шайбой	е	Основное время – 70 минут. Количество игроков: 11 x 11. Дополнительное время. Ничья допускается
7	Хоккей с мячом	ж	4 периода по 8 минут каждый. Количество игроков: 7 x 7. Дополнительное время: 2 периода по 3 мин «чистого» времени. Далее 5-метровые броски.
8	Водное поло	з	«Чистое» время – 60 минут. Количество игроков: 6 x 6. Два овертайма, буллиты до победы

- + 1. Какую награду получал победитель Олимпийских игр?
А. Денежное вознаграждение.
Б. Медаль и кубок.
 В. Венок из ветвей оливкового дерева.
Г. Звание аристократа.
- 2. В каком году был создан Международный олимпийский комитет?
А. В 1898 г.,
 Б. В 1911 г.,
В. В 1923 г.,
Г. В 1894 г.
- 3. Когда Всесоюзный совет физической культуры утвердил положение о комплексе ГТО?
А. 7 марта 1931 г.,
Б. 24 мая 1931 г.,
В. 8 июня 1933 г.,
 Г. 1 июня 1934 г.
- 4. Метод длительного равномерного упражнения применяется для развития:
 а) гибкости,
б) силы,
в) выносливости,
г) координационных способностей.
- 5. Недостаток мышечной активности современного человека называют:
а) гипокинезия,
 б) атрофия,
в) гипоксия,
г) гипертрофия.
- + 6. На этапе начального разучивания техники двигательного действия целью обучения является:
 а) сформировать у ученика основы техники изучаемого движения и добиться его выполнения в общих чертах;
б) завершить формирование двигательного умения;
в) детализированно освоить и закрепить технику изучаемого двигательного действия;
г) достичь слитности и стабильности выполнения фаз и частей техники изучаемого двигательного действия.
- 7. Пятикратный олимпийский чемпион по борьбе, завоевавший 5 золотых медалей на Олимпийских играх.
 а) Александр Карелин,
б) Александр Медведь,
в) Михаил Лопес,
г) Ясмани Акосту.
- 8. При регулярных занятиях физическими упражнениями всегда наблюдается снижение:
а) артериального давления,
б) объема крови в организме,
 в) мышечной массы,
 г) ЧСС.

- 9. Наиболее важную часть способа решения двигательной задачи принято обозначать как:
- а) основу техники,
 - б) главное звено техники,
 - в) детали техники,
 - г) корень техники.
- + 10. Подготовительные упражнения применяются:
- а) если необходимо устранять причины возникновения ошибок;
 - б) если в двигательном фонде отсутствуют опорные элементы;
 - в) если обучающийся недостаточно физически развит;
 - г) если применяется метод целостно-аналитического упражнения.
- + 11. Осанкой называется:
- а) силуэт человека;
 - б) привычная поза человека в вертикальном положении;
 - в) качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие;
 - г) пружинные характеристики позвоночника и стоп.
- + 12. В каких единицах измеряется суточная двигательная активность человека?
- А. Частота пульса.
 - Б. Количество занятий.
 - в) Количество шагов.
 - Г. Количество выполненных физических упражнений за занятие.
- 13. Уровень развития двигательных способностей человека определяется:
- а) тестами (контрольными упражнениями);
 - б) индивидуальными спортивными результатами;
 - в) разрядными нормативами единой спортивной классификации;
 - г) индивидуальной реакцией организма на внешнюю (стандартную) нагрузку.
- 14. К специфическим методам физического воспитания относятся:
- а) словесные методы (распоряжения, команды, указания) и методы наглядного воздействия;
 - б) методы строго регламентированного упражнения, игровой и соревновательный методы;
 - в) методы срочной информации;
 - г) практический метод, видеометод, методы самостоятельной работы, методы контроля и самоконтроля.
- 15. В какой из частей урока решаются задачи урока?
- А. В подготовительной.
 - Б. В основной.
 - в) В заключительной.
 - Г. В каждой из частей.
- 16. Дополните определение: «Сила – это способность преодолевать __ или противостоять ему за счёт ____».
- а) Внутреннее сопротивление, мышечного напряжения;
 - Б. Физическую нагрузку, мышечного напряжения;
 - В. Физические упражнения, внутреннего потенциала;
 - Г. Внешнее сопротивление, мышечного усилия.
- + 17. Кто представляет страну на Олимпийских играх в соответствии с Олимпийской хартией?
- а) Национальный олимпийский комитет.
 - Б. Президент страны.
 - В. Национальные спортивные федерации.
 - Г. Министерство спорта.

18. Как называют резкое кратковременное увеличение темпа движения по ходу дистанции (тактический приём в беге на 2000 м)?
 А. Спурт. ✓
 Б. Старт.
 В. Форсаж.
 Г. Гипертрофия.
- + 19. Какие из перечисленных методов можно отнести к методам словесного воздействия?
 А. Счёт во время выполнения упражнения.
 Б. Хлопки для задания ритма упражнения.
 В. Сигнал свистком для начала игры.
 Г. Выстрел на старте дистанции.
- + 20. Самый эффективный способ выполнения физических упражнений.
 А. Техника.
 Б. Умение.
 В. Навык.
 Г. Результат.
21. Временное снижение работоспособности называется устоление
22. Периоды биологического развития, в пределах которых формируются наиболее благоприятные условия совершенствования отдельных свойств организма и способностей человека, принято обозначать как сенситивные периоды
23. Установите соответствие между видом спортивной игры и правилами соревнований.

№ п/п	Вид спортивной игры	№ п/п	Правила игры
1	Футбол	а	Основное время – 90 минут. Количество игроков: 11 x 11. Дополнительное время (два тайма по 15 минут), серия 12-метровых ударов. Ничья допускается
2	Волейбол	б	Основное время – 90 минут. Количество игроков: 11 x 11. Дополнительное время, пенальти. Ничья допускается
3	Баскетбол	в	Основное время – 60 минут. Количество игроков: 7 x 7. Дополнительный тайм, 7-метровые удары. Ничья допускается
4	Хоккей на траве	г	Время игры до 3 побед одной команды. Количество игроков: 6 x 6. Ничья невозможна
5	Гандбол	д	«Чистое» время – 40 минут. Количество игроков: 5 x 5. Овертайм до победы
6	Хоккей с шайбой	е	Основное время – 70 минут. Количество игроков: 11 x 11. Дополнительное время. Ничья допускается
7	Хоккей с мячом	ж	4 периода по 8 минут каждый. Количество игроков: 7 x 7. Дополнительное время: 2 периода по 3 мин «чистого» времени. Далее 5-метровые броски.
8	Водное поло	з	«Чистое» время – 60 минут. Количество игроков: 6 x 6. Два овертайма, буллиты до победы

18
 27
 3#
 46
 5e
 63
 7a
 8a

24. Установите соответствие между органическими веществами и их категориями.

1	Витамины	А	Липиды
2	Белки	Б	Кальций
3	Углеводы	В	Аскорбиновая кислота
4	Жиры	Г	Протеины
5	Минеральные вещества	Д	Глюкоза

1 - в 2 - г 3 - б 4 - д 5 - а

25. Установите соответствие между годами и странами проведения Олимпийских игр XXI века.

1	2000 год	А	Греция
2	2004 год	Б	Китай
3	2008 год	В	Австралия
4	2012 год	Г	Бразилия
5	2016 год	Д	Англия

1 - А 2 - Б 3 - В 4 - Г 5 - Д

Количество правильных ответов 105

Подпись (Вторичная Св)
Ф. И. О.

Подпись (Вторичная Св)
Ф. И. О.

- 1. Какую награду получал победитель Олимпийских игр?
А. Денежное вознаграждение.
 Б. Медаль и кубок.
В. Венок из ветвей оливкового дерева.
Г. Звание аристократа.
- 2. В каком году был создан Международный олимпийский комитет?
А. В 1898 г.,
Б. В 1911 г.,
 В. В 1923 г.,
Г. В 1894 г.
- 3. Когда Всесоюзный совет физической культуры утвердил положение о комплексе ГТО?
А. 7 марта 1931 г.,
 Б. 24 мая 1931 г.,
В. 8 июня 1933 г.,
Г. 1 июня 1934 г.
- + 4. Метод длительного равномерного упражнения применяется для развития:
а) гибкости,
б) силы,
 в) выносливости,
г) координационных способностей.
- 5. Недостаток мышечной активности современного человека называют:
а) гипокинезия,
 б) атрофия,
в) гипоксия,
г) гипертрофия.
- 6. На этапе начального разучивания техники двигательного действия целью обучения является:
 а) сформировать у ученика основы техники изучаемого движения и добиться его выполнения в общих чертах;
б) завершить формирование двигательного умения;
 в) детализированно освоить и закрепить технику изучаемого двигательного действия;
г) достичь слитности и стабильности выполнения фаз и частей техники изучаемого двигательного действия.
- 7. Пятикратный олимпийский чемпион по борьбе, завоевавший 5 золотых медалей на Олимпийских играх.
а) Александр Карелин,
б) Александр Медведь,
в) Михаил Лопес,
 г) Ясмани Акосту.
- 8. При регулярных занятиях физическими упражнениями всегда наблюдается снижение:
 а) артериального давления,
б) объема крови в организме,
в) мышечной массы,
г) ЧСС.

- 9. Наиболее важную часть способа решения двигательной задачи принято обозначать как:
- а) основу техники,
 - б) главное звено техники,
 - в) детали техники,
 - г) корень техники.
- 10. Подготовительные упражнения применяются:
- а) если необходимо устранять причины возникновения ошибок;
 - б) если в двигательном фонде отсутствуют опорные элементы;
 - в) если обучающийся недостаточно физически развит;
 - г) если применяется метод целостно-аналитического упражнения.
- + 11. Осанкой называется:
- а) силуэт человека;
 - б) привычная поза человека в вертикальном положении;
 - в) качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие;
 - г) пружинные характеристики позвоночника и стоп.
- + 12. В каких единицах измеряется суточная двигательная активность человека?
- А. Частота пульса.
 - Б. Количество занятий.
 - В. Количество шагов.
 - Г. Количество выполненных физических упражнений за занятие.
- 13. Уровень развития двигательных способностей человека определяется:
- а) тестами (контрольными упражнениями);
 - б) индивидуальными спортивными результатами;
 - в) разрядными нормативами единой спортивной классификации;
 - г) индивидуальной реакцией организма на внешнюю (стандартную) нагрузку.
- + 14. К специфическим методам физического воспитания относятся:
- а) словесные методы (распоряжения, команды, указания) и методы наглядного воздействия;
 - б) методы строго регламентированного упражнения, игровой и соревновательный методы;
 - в) методы срочной информации;
 - г) практический метод, видеометод, методы самостоятельной работы, методы контроля и самоконтроля.
- 15. В какой из частей урока решаются задачи урока?
- А. В подготовительной.
 - Б. В основной.
 - В. В заключительной.
 - Г. В каждой из частей.
- 16. Дополните определение: «Сила – это способность преодолевать __ или противостоять ему за счёт ____».
- А. Внутреннее сопротивление, мышечного напряжения;
 - Б. Физическую нагрузку, мышечного напряжения;
 - В. Физические упражнения, внутреннего потенциала;
 - Г. Внешнее сопротивление, мышечного усилия.
- 17. Кто представляет страну на Олимпийских играх в соответствии с Олимпийской хартией?
- А. Национальный олимпийский комитет.
 - Б. Президент страны.
 - В. Национальные спортивные федерации.
 - Г. Министерство спорта.

- + 18. Как называют резкое кратковременное увеличение темпа движения по ходу дистанции (тактический приём в беге на 2000 м)?
- А. Спурт.
 - Б. Старт.
 - В. Форсаж.
 - Г. Гипертрофия.

- 19. Какие из перечисленных методов можно отнести к методам словесного воздействия?
- А. Счёт во время выполнения упражнения.
 - Б. Хлопки для задания ритма упражнения.
 - В. Сигнал свистком для начала игры.
 - Г. Выстрел на старте дистанции.

- + 20. Самый эффективный способ выполнения физических упражнений.
- А. Техника.
 - Б. Умение.
 - В. Навык.
 - Г. Результат.

- 21. Временное снижение работоспособности называется _____

- 22. Периоды биологического развития, в пределах которых формируются наиболее благоприятные условия совершенствования отдельных свойств организма и способностей человека, принято обозначать как _____

23. Установите соответствие между видом спортивной игры и правилами соревнований.

№ п/п	Вид спортивной игры	№ п/п	Правила игры
1	Футбол	а	Основное время – 90 минут. Количество игроков: 11 х 11. Дополнительное время (два тайма по 15 минут), серия 12-метровых ударов. Ничья допускается
2	Волейбол	б	Основное время – 90 минут. Количество игроков: 11 х 11. Дополнительное время, пенальти. Ничья допускается
3	Баскетбол	в	Основное время – 60 минут. Количество игроков: 7 х 7. Дополнительный тайм, 7-метровые удары. Ничья допускается
4	Хоккей на траве	г	Время игры до 3 побед одной команды. Количество игроков: 6 х 6. Ничья невозможна
5	Гандбол	д	«Чистое» время – 40 минут. Количество игроков: 5 х 5. Овертайм до победы
6	Хоккей с шайбой	е	Основное время – 70 минут. Количество игроков: 11 х 11. Дополнительное время. Ничья допускается
7	Хоккей с мячом	ж	4 периода по 8 минут каждый. Количество игроков: 7 х 7. Дополнительное время: 2 периода по 3 мин «чистого» времени. Далее 5-метровые броски.
8	Водное поло	з	«Чистое» время – 60 минут. Количество игроков: 6 х 6. Два овертайма, буллиты до победы

1-б
2-2
3-в
4-ж
5-д
6-а
7-г
8-з

24. Установите соответствие между органическими веществами и их категориями.

1	Витамины	А	Липиды
2	Белки	Б	Кальций
3	Углеводы	В	Аскорбиновая кислота
4	Жиры	Г	Протеины
5	Минеральные вещества	Д	Глюкоза

1 - В
2 - А
3 - Г
4 - А
5 - Б

25. Установите соответствие между годами и странами проведения Олимпийских игр XXI века.

1	2000 год	А	Греция
2	2004 год	Б	Китай
3	2008 год	В	Австралия
4	2012 год	Г	Бразилия
5	2016 год	Д	Англия

1 - А
2 - А
3 - Б
4 - В
5 - Г

Количество правильных ответов 68

Подпись

Ф. И. О.

Подпись

Ф. И. О.

Всероссийская олимпиада школьников по физической культуре
Школьный этап
9–11-е классы

115

код № ФК - 10190204

- 1. Какую награду получал победитель Олимпийских игр?
А. Денежное вознаграждение.
 Б. Медаль и кубок.
В. Венок из ветвей оливкового дерева.
Г. Звание аристократа.
- + 2. В каком году был создан Международный олимпийский комитет?
А. В 1898 г.,
Б. В 1911 г.,
В. В 1923 г.,
 Г. В 1894 г.
- 3. Когда Всесоюзный совет физической культуры утвердил положение о комплексе ГТО?
А. 7 марта 1931 г.,
Б. 24 мая 1931 г.,
В. 8 июня 1933 г.,
 Г. 1 июня 1934 г.
- + 4. Метод длительного равномерного упражнения применяется для развития:
а) гибкости,
б) силы,
 в) выносливости,
г) координационных способностей.
- 5. Недостаток мышечной активности современного человека называют:
а) гипокинезия,
 б) атрофия,
в) гипоксия,
г) гипертрофия.
- + 6. На этапе начального разучивания техники двигательного действия целью обучения является:
 а) сформировать у ученика основы техники изучаемого движения и добиться его выполнения в общих чертах;
б) завершить формирование двигательного умения;
в) детализированно освоить и закрепить технику изучаемого двигательного действия;
г) достичь слитности и стабильности выполнения фаз и частей техники изучаемого двигательного действия.
- + 7. Пятикратный олимпийский чемпион по борьбе, завоевавший 5 золотых медалей на Олимпийских играх.
а) Александр Карелин,
б) Александр Медведь,
 в) Михаил Лопес,
г) Ясмани Акосту.
- 8. При регулярных занятиях физическими упражнениями всегда наблюдается снижение:
 а) артериального давления,
б) объема крови в организме,
в) мышечной массы,
г) ЧСС.

9. Наиболее важную часть способа решения двигательной задачи принято обозначать как:
- а) основу техники,
 - б) главное звено техники,
 - в) детали техники,
 - г) корень техники.
10. Подготовительные упражнения применяются:
- а) если необходимо устранять причины возникновения ошибок;
 - б) если в двигательном фонде отсутствуют опорные элементы;
 - в) если обучающийся недостаточно физически развит;
 - г) если применяется метод целостно-аналитического упражнения.
11. Осанкой называется:
- а) силуэт человека;
 - б) привычная поза человека в вертикальном положении;
 - в) качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие;
 - г) пружинные характеристики позвоночника и стоп.
12. В каких единицах измеряется суточная двигательная активность человека?
- А. Частота пульса.
 - Б. Количество занятий.
 - В. Количество шагов.
 - Г. Количество выполненных физических упражнений за занятие.
13. Уровень развития двигательных способностей человека определяется:
- а) тестами (контрольными упражнениями);
 - б) индивидуальными спортивными результатами;
 - в) разрядными нормативами единой спортивной классификации;
 - г) индивидуальной реакцией организма на внешнюю (стандартную) нагрузку.
14. К специфическим методам физического воспитания относятся:
- а) словесные методы (распоряжения, команды, указания) и методы наглядного воздействия;
 - б) методы строго регламентированного упражнения, игровой и соревновательный методы;
 - в) методы срочной информации;
 - г) практический метод, видеометод, методы самостоятельной работы, методы контроля и самоконтроля.
15. В какой из частей урока решаются задачи урока?
- А. В подготовительной.
 - Б. В основной.
 - В. В заключительной.
 - Г. В каждой из частей.
16. Дополните определение: «Сила – это способность преодолевать __ или противостоять ему за счёт ____».
- А. Внутреннее сопротивление, мышечного напряжения;
 - Б. Физическую нагрузку, мышечного напряжения;
 - В. Физические упражнения, внутреннего потенциала;
 - Г. Внешнее сопротивление, мышечного усилия.
17. Кто представляет страну на Олимпийских играх в соответствии с Олимпийской хартией?
- А. Национальный олимпийский комитет.
 - Б. Президент страны.
 - В. Национальные спортивные федерации.
 - Г. Министерство спорта.

18. Как называют резкое кратковременное увеличение темпа движения по ходу дистанции (тактический приём в беге на 2000 м)?

- А. Спурт.
- Б. Старт.
- В. Форсаж.
- Г. Гипертрофия.

19. Какие из перечисленных методов можно отнести к методам словесного воздействия?

- А. Счёт во время выполнения упражнения.
- Б. Хлопки для задания ритма упражнения.
- В. Сигнал свистком для начала игры.
- Г. Выстрел на старте дистанции.

20. Самый эффективный способ выполнения физических упражнений.

- А. Техника.
- Б. Умение.
- В. Навык.
- Г. Результат.

21. Временное снижение работоспособности называется утомление

22. Периоды биологического развития, в пределах которых формируются наиболее благоприятные условия совершенствования отдельных свойств организма и способностей человека, принято обозначать как сенситивные периоды

23. Установите соответствие между видом спортивной игры и правилами соревнований.

№ п/п	Вид спортивной игры	№ п/п	Правила игры
1	Футбол	а	Основное время – 90 минут. Количество игроков: 11 x 11. Дополнительное время (два тайма по 15 минут), серия 12-метровых ударов. Ничья допускается
2	Волейбол	б	Основное время – 90 минут. Количество игроков: 11 x 11. Дополнительное время, пенальти. Ничья допускается
3	Баскетбол	в	Основное время – 60 минут. Количество игроков: 7 x 7. Дополнительный тайм, 7-метровые удары. Ничья допускается
4	Хоккей на траве	г	Время игры до 3 побед одной команды. Количество игроков: 6 x 6. Ничья невозможна
5	Гандбол	д	«Чистое» время – 40 минут. Количество игроков: 5 x 5. Овертайм до победы
6	Хоккей с шайбой	е	Основное время – 70 минут. Количество игроков: 11 x 11. Дополнительное время. Ничья допускается
7	Хоккей с мячом	ж	4 периода по 8 минут каждый. Количество игроков: 7 x 7. Дополнительное время: 2 периода по 3 мин «чистого» времени. Далее 5-метровые броски.
8	Водное поло	з	«Чистое» время – 60 минут. Количество игроков: 6 x 6. Два овертайма, буллиты до победы

24. Установите соответствие между органическими веществами и их категориями.

В	1	Витамины	А	Липиды
С	2	Белки	Б	Кальций
З	3	Углеводы	В	Аскорбиновая кислота
Д	4	Жиры	Г	Протеины
А	5	Минеральные вещества	Д	Глюкоза

25. Установите соответствие между годами и странами проведения Олимпийских игр XXI века.

Б	1	2000 год	А	Греция
В	2	2004 год	Б	Китай
Г	3	2008 год	В	Австралия
А	4	2012 год	Г	Бразилия
Д	5	2016 год	Д	Англия

Количество правильных ответов 115

 Подпись (Владимир С.)
 Ф. И. О.

 Подпись (Александр Д.)
 Ф. И. О.

Всероссийская олимпиада школьников по физической культуре
Школьный этап
9–11-е классы

105

код № ФК - 10190106

- 1. Какую награду получал победитель Олимпийских игр?
А. Денежное вознаграждение.
✓ Б. Медаль и кубок.
В. Венок из ветвей оливкового дерева.
Г. Звание аристократа.
- 2. В каком году был создан Международный олимпийский комитет?
А. В 1898 г.,
Б. В 1911 г.,
✓ В. В 1923 г.,
Г. В 1894 г.
- 3. Когда Всесоюзный совет физической культуры утвердил положение о комплексе ГТО?
А. 7 марта 1931 г.,
Б. 24 мая 1931 г.,
В. 8 июня 1933 г.,
✓ Г. 1 июня 1934 г.
- 4. Метод длительного равномерного упражнения применяется для развития:
а) гибкости,
✓ б) силы,
в) выносливости,
г) координационных способностей.
- 5. Недостаток мышечной активности современного человека называют:
а) гипокинезия,
✓ б) атрофия,
в) гипоксия,
г) гипертрофия.
- + 6. На этапе начального разучивания техники двигательного действия целью обучения является:
✓ а) сформировать у ученика основы техники изучаемого движения и добиться его выполнения в общих чертах;
б) завершить формирование двигательного умения;
в) детализированно освоить и закрепить технику изучаемого двигательного действия;
г) достичь слитности и стабильности выполнения фаз и частей техники изучаемого двигательного действия.
- 7. Пятикратный олимпийский чемпион по борьбе, завоевавший 5 золотых медалей на Олимпийских играх.
а) Александр Карелин,
✓ б) Александр Медведь,
в) Михаил Лопес,
г) Ясмани Акосту.
- + 8. При регулярных занятиях физическими упражнениями всегда наблюдается снижение:
а) артериального давления,
б) объема крови в организме,
в) мышечной массы,
✓ г) ЧСС.

9. Наиболее важную часть способа решения двигательной задачи принято обозначать как:

- ✓ а) основу техники,
- б) главное звено техники,
- в) детали техники,
- г) корень техники.

10. Подготовительные упражнения применяются:

- ✓ а) если необходимо устранять причины возникновения ошибок;
- б) если в двигательном фонде отсутствуют опорные элементы;
- в) если обучающийся недостаточно физически развит;
- г) если применяется метод целостно-аналитического упражнения.

11. Осанкой называется:

- а) силуэт человека;
- б) привычная поза человека в вертикальном положении;
- ✓ в) качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие;
- г) пружинные характеристики позвоночника и стоп.

12. В каких единицах измеряется суточная двигательная активность человека?

- А. Частота пульса.
- Б. Количество занятий.
- ✓ В. Количество шагов.
- Г. Количество выполненных физических упражнений за занятие.

13. Уровень развития двигательных способностей человека определяется:

- ✓ а) тестами (контрольными упражнениями);
- б) индивидуальными спортивными результатами;
- в) разрядными нормативами единой спортивной классификации;
- г) индивидуальной реакцией организма на внешнюю (стандартную) нагрузку.

14. К специфическим методам физического воспитания относятся:

- ✓ а) словесные методы (распоряжения, команды, указания) и методы наглядного воздействия;
- б) методы строго регламентированного упражнения, игровой и соревновательный методы;
- в) методы срочной информации;
- г) практический метод, видеометод, методы самостоятельной работы, методы контроля и самоконтроля.

15. В какой из частей урока решаются задачи урока?

- ✓ А. В подготовительной.
- Б. В основной.
- В. В заключительной.
- Г. В каждой из частей.

16. Дополните определение: «Сила – это способность преодолевать __ или противостоять ему за счёт ____».

- А. Внутреннее сопротивление, мышечного напряжения;
- ✓ Б. Физическую нагрузку, мышечного напряжения;
- В. Физические упражнения, внутреннего потенциала;
- Г. Внешнее сопротивление, мышечного усилия.

17. Кто представляет страну на Олимпийских играх в соответствии с Олимпийской хартией?

- ✓ А. Национальный олимпийский комитет.
- Б. Президент страны.
- В. Национальные спортивные федерации.
- Г. Министерство спорта.

18. Как называют резкое кратковременное увеличение темпа движения по ходу дистанции (тактический приём в беге на 2000 м)?

- А. Спурт.
- ✓ Б. Старт.
- В. Форсаж.
- Г. Гипертрофия.

19. Какие из перечисленных методов можно отнести к методам словесного воздействия?

- ↓ А. Счёт во время выполнения упражнения.
- Б. Хлопки для задания ритма упражнения.
- В. Сигнал свистком для начала игры.
- Г. Выстрел на старте дистанции.

20. Самый эффективный способ выполнения физических упражнений.

- ✓ А. Техника.
- Б. Умение.
- В. Навык.
- Г. Результат.

21. Временное снижение работоспособности называется усталость

22. Периоды биологического развития, в пределах которых формируются наиболее благоприятные условия совершенствования отдельных свойств организма и способностей человека, принято обозначать как _____

23. Установите соответствие между видом спортивной игры и правилами соревнований.

№ п/п	Вид спортивной игры	№ п/п	Правила игры
1	Футбол	а	Основное время – 90 минут. Количество игроков: 11 x 11. Дополнительное время (два тайма по 15 минут), серия 12-метровых ударов. Ничья допускается
2	Волейбол	б	Основное время – 90 минут. Количество игроков: 11 x 11. Дополнительное время, пенальти. Ничья допускается
3	Баскетбол	в	Основное время – 60 минут. Количество игроков: 7 x 7. Дополнительный тайм, 7-метровые удары. Ничья допускается
4	Хоккей на траве	г	Время игры до 3 побед одной команды. Количество игроков: 6 x 6. Ничья невозможна
5	Гандбол	д	«Чистое» время – 40 минут. Количество игроков: 5 x 5. Овертайм до победы
6	Хоккей с шайбой	е	Основное время – 70 минут. Количество игроков: 11 x 11. Дополнительное время. Ничья допускается
7	Хоккей с мячом	ж	4 периода по 8 минут каждый. Количество игроков: 7 x 7. Дополнительное время: 2 периода по 3 мин «чистого» времени. Далее 5-метровые броски.
8	Водное поло	з	«Чистое» время – 60 минут. Количество игроков: 6 x 6. Два овертайма, буллиты до победы

1-5
2-11
3-7
4-6
5-5
6-11
7-7
8-6

24. Установите соответствие между органическими веществами и их категориями.

1	Витамины	А	Липиды
2	Белки	Б	Кальций
3	Углеводы	В	Аскорбиновая кислота
4	Жиры	Г	Протеины
5	Минеральные вещества	Д	Глюкоза

25. Установите соответствие между годами и странами проведения Олимпийских игр XXI века.

1	2000 год	А	Греция
2	2004 год	Б	Китай
3	2008 год	В	Австралия
4	2012 год	Г	Бразилия
5	2016 год	Д	Англия

Количество правильных ответов 105

Подпись

(Александр Св)
Ф. И. О.

Подпись

(Александр Св Д.Ч)
Ф. И. О.

Всероссийская олимпиада школьников по физической культуре
Школьный этап
9–11-е классы

105

код № ФК - 10190104

- 1. Какую награду получал победитель Олимпийских игр?
А. Денежное вознаграждение.
Б. Медаль и кубок.
В. Венок из ветвей оливкового дерева.
Г. Звание аристократа.
- 2. В каком году был создан Международный олимпийский комитет?
А. В 1898 г.,
Б. В 1911 г.,
В. В 1923 г.,
Г. В 1894 г.
- 3. Когда Всесоюзный совет физической культуры утвердил положение о комплексе ГТО?
А. 7 марта 1931 г.,
Б. 24 мая 1931 г.,
В. 8 июня 1933 г.,
Г. 1 июня 1934 г.
- 4. Метод длительного равномерного упражнения применяется для развития:
а) гибкости,
б) силы,
в) выносливости,
г) координационных способностей.
- 5. Недостаток мышечной активности современного человека называют:
а) гипокинезия,
б) атрофия,
в) гипоксия,
г) гипертрофия.
- 6. На этапе начального разучивания техники двигательного действия целью обучения является:
а) сформировать у ученика основы техники изучаемого движения и добиться его выполнения в общих чертах;
б) завершить формирование двигательного умения;
в) детализированно освоить и закрепить технику изучаемого двигательного действия;
г) достичь слитности и стабильности выполнения фаз и частей техники изучаемого двигательного действия.
- 7. Пятикратный олимпийский чемпион по борьбе, завоевавший 5 золотых медалей на Олимпийских играх.
а) Александр Карелин,
б) Александр Медведь,
в) Михаил Лопес,
г) Ясмани Акосту.
- 8. При регулярных занятиях физическими упражнениями всегда наблюдается снижение:
а) артериального давления,
б) объема крови в организме,
в) мышечной массы,
г) ЧСС.

- + 9. Наиболее важную часть способа решения двигательной задачи принято обозначать как:
- а) основу техники,
 - б) главное звено техники,
 - в) детали техники,
 - г) корень техники.
- + 10. Подготовительные упражнения применяются:
- а) если необходимо устранять причины возникновения ошибок;
 - б) если в двигательном фонде отсутствуют опорные элементы;
 - в) если обучающийся недостаточно физически развит;
 - г) если применяется метод целостно-аналитического упражнения.
- 11. Осанкой называется:
- а) силуэт человека;
 - б) привычная поза человека в вертикальном положении;
 - в) качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие;
 - г) пружинные характеристики позвоночника и стоп.
- + 12. В каких единицах измеряется суточная двигательная активность человека?
- А. Частота пульса.
 - Б. Количество занятий.
 - В. Количество шагов.
 - Г. Количество выполненных физических упражнений за занятие.
- + 13. Уровень развития двигательных способностей человека определяется:
- а) тестами (контрольными упражнениями);
 - б) индивидуальными спортивными результатами;
 - в) разрядными нормативами единой спортивной классификации;
 - г) индивидуальной реакцией организма на внешнюю (стандартную) нагрузку.
- 14. К специфическим методам физического воспитания относятся:
- а) словесные методы (распоряжения, команды, указания) и методы наглядного воздействия;
 - б) методы строго регламентированного упражнения, игровой и соревновательный методы;
 - в) методы срочной информации;
 - г) практический метод, видеометод, методы самостоятельной работы, методы контроля и самоконтроля.
- 15. В какой из частей урока решаются задачи урока?
- А. В подготовительной.
 - Б. В основной.
 - В. В заключительной.
 - Г. В каждой из частей.
- 16. Дополните определение: «Сила – это способность преодолевать __ или противостоять ему за счёт ____».
- А. Внутреннее сопротивление, мышечного напряжения;
 - Б. Физическую нагрузку, мышечного напряжения;
 - В. Физические упражнения, внутреннего потенциала;
 - Г. Внешнее сопротивление, мышечного усилия.
- 17. Кто представляет страну на Олимпийских играх в соответствии с Олимпийской хартией?
- А. Национальный олимпийский комитет.
 - Б. Президент страны.
 - В. Национальные спортивные федерации.
 - Г. Министерство спорта.

18. Как называют резкое кратковременное увеличение темпа движения по ходу дистанции (тактический приём в беге на 2000 м)?

- А. Спурт.
- Б. Старт.
- В. Форсаж.
- Г. Гипертрофия.

19. Какие из перечисленных методов можно отнести к методам словесного воздействия?

- А. Счёт во время выполнения упражнения.
- Б. Хлопки для задания ритма упражнения.
- В. Сигнал свистком для начала игры.
- Г. Выстрел на старте дистанции.

20. Самый эффективный способ выполнения физических упражнений.

- А. Техника.
- Б. Умение.
- В. Навык.
- Г. Результат.

21. Временное снижение работоспособности называется усталостью

22. Периоды биологического развития, в пределах которых формируются наиболее благоприятные условия совершенствования отдельных свойств организма и способностей человека, принято обозначать как сенсор

23. Установите соответствие между видом спортивной игры и правилами соревнований.

№ п/п	Вид спортивной игры	№ п/п	Правила игры
1	Футбол	а	Основное время – 90 минут. Количество игроков: 11 x 11. Дополнительное время (два тайма по 15 минут), серия 12-метровых ударов. Ничья допускается
2	Волейбол	б	Основное время – 90 минут. Количество игроков: 11 x 11. Дополнительное время, пенальти. Ничья допускается
3	Баскетбол	в	Основное время – 60 минут. Количество игроков: 7 x 7. Дополнительный тайм, 7-метровые удары. Ничья допускается
4	Хоккей на траве	г	Время игры до 3 побед одной команды. Количество игроков: 6 x 6. Ничья невозможна
5	Гандбол	д	«Чистое» время – 40 минут. Количество игроков: 5 x 5. Овертайм до победы
6	Хоккей с шайбой	е	Основное время – 70 минут. Количество игроков: 11 x 11. Дополнительное время. Ничья допускается
7	Хоккей с мячом	ж	4 периода по 8 минут каждый. Количество игроков: 7 x 7. Дополнительное время: 2 периода по 3 мин «чистого» времени. Далее 5-метровые броски.
8	Водное поло	з	«Чистое» время – 60 минут. Количество игроков: 6 x 6. Два овертайма, буллиты до победы

24. Установите соответствие между органическими веществами и их категориями.

38.

1	Витамины	А	Липиды
2	Белки	Б	Кальций
3	Углеводы	В	Аскорбиновая кислота
4	Жиры	Г	Протеины
5	Минеральные вещества	Д	Глюкоза

25. Установите соответствие между годами и странами проведения Олимпийских игр XXI века.

—

1	2000 год	А	Греция
2	2004 год	Б	Китай
3	2008 год	В	Австралия
4	2012 год	Г	Бразилия
5	2016 год	Д	Англия

Количество правильных ответов 105

Подпись В. В. В. В. (Владимир С. В.)
Ф. И. О.

Подпись В. В. В. В. (Владимир С. В.)
Ф. И. О.

- 1. Какую награду получал победитель Олимпийских игр?
 А. Денежное вознаграждение.
Б. Медаль и кубок.
В. Венок из ветвей оливкового дерева.
Г. Звание аристократа.
- 2. В каком году был создан Международный олимпийский комитет?
 А. В 1898 г.,
Б. В 1911 г.,
В. В 1923 г.,
Г. В 1894 г.
- + 3. Когда Всесоюзный совет физической культуры утвердил положение о комплексе ГТО?
 А. 7 марта 1931 г.,
Б. 24 мая 1931 г.,
В. 8 июня 1933 г.,
Г. 1 июня 1934 г.
- + 4. Метод длительного равномерного упражнения применяется для развития:
а) гибкости,
б) силы,
 в) выносливости,
г) координационных способностей.
- 5. Недостаток мышечной активности современного человека называют:
а) гипокинезия,
 б) атрофия,
в) гипоксия,
г) гипертрофия.
- + 6. На этапе начального разучивания техники двигательного действия целью обучения является:
 а) сформировать у ученика основы техники изучаемого движения и добиться его выполнения в общих чертах;
б) завершить формирование двигательного умения;
в) детализированно освоить и закрепить технику изучаемого двигательного действия;
г) достичь слитности и стабильности выполнения фаз и частей техники изучаемого двигательного действия.
- 7. Пятикратный олимпийский чемпион по борьбе, завоевавший 5 золотых медалей на Олимпийских играх.
 а) Александр Карелин,
б) Александр Медведь,
в) Михаил Лопес,
г) Ясмани Акосту.
- 8. При регулярных занятиях физическими упражнениями всегда наблюдается снижение:
 а) артериального давления,
б) объема крови в организме,
в) мышечной массы,
 г) ЧСС.

- 9. Наиболее важную часть способа решения двигательной задачи принято обозначать как:
- а) основу техники,
 - б) главное звено техники,
 - в) детали техники,
 - г) корень техники.
- 10. Подготовительные упражнения применяются:
- а) если необходимо устранять причины возникновения ошибок;
 - б) если в двигательном фонде отсутствуют опорные элементы;
 - в) если обучающийся недостаточно физически развит;
 - г) если применяется метод целостно-аналитического упражнения.
- + 11. Осанкой называется:
- а) силуэт человека;
 - б) привычная поза человека в вертикальном положении;
 - в) качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие;
 - г) пружинные характеристики позвоночника и стоп.
- + 12. В каких единицах измеряется суточная двигательная активность человека?
- А. Частота пульса.
 - Б. Количество занятий.
 - в) Количество шагов.
 - Г. Количество выполненных физических упражнений за занятие.
- 13. Уровень развития двигательных способностей человека определяется:
- а) тестами (контрольными упражнениями);
 - б) индивидуальными спортивными результатами;
 - в) разрядными нормативами единой спортивной классификации;
 - г) индивидуальной реакцией организма на внешнюю (стандартную) нагрузку.
- 14. К специфическим методам физического воспитания относятся:
- а) словесные методы (распоряжения, команды, указания) и методы наглядного воздействия;
 - б) методы строго регламентированного упражнения, игровой и соревновательный методы;
 - в) методы срочной информации;
 - г) практический метод, видеометод, методы самостоятельной работы, методы контроля и самоконтроля.
- + 15. В какой из частей урока решаются задачи урока?
- А. В подготовительной.
 - в) В основной.
 - В. В заключительной.
 - Г. В каждой из частей.
- 16. Дополните определение: «Сила – это способность преодолевать __ или противостоять ему за счёт ____».
- А. Внутреннее сопротивление, мышечного напряжения;
 - в) Физическую нагрузку, мышечного напряжения;
 - В. Физические упражнения, внутреннего потенциала;
 - Г. Внешнее сопротивление, мышечного усилия.
- + 17. Кто представляет страну на Олимпийских играх в соответствии с Олимпийской хартией?
- в) Национальный олимпийский комитет.
 - Б. Президент страны.
 - В. Национальные спортивные федерации.
 - Г. Министерство спорта.

18. Как называют резкое кратковременное увеличение темпа движения по ходу дистанции (тактический приём в беге на 2000 м)?
 А. Спурт. ✓
 Б. Старт.
 В. Форсаж.
 Г. Гипертрофия.
19. Какие из перечисленных методов можно отнести к методам словесного воздействия?
 А. Счёт во время выполнения упражнения.
 Б. Хлопки для задания ритма упражнения.
 В. Сигнал свистком для начала игры.
 Г. Выстрел на старте дистанции.
- + 20. Самый эффективный способ выполнения физических упражнений.
 А. Техника.
 Б. Умение.
 В. Навык.
 Г. Результат.
21. Временное снижение работоспособности называется усталость
22. Периоды биологического развития, в пределах которых формируются наиболее благоприятные условия совершенствования отдельных свойств организма и способностей человека, принято обозначать как развитие
23. Установите соответствие между видом спортивной игры и правилами соревнований.

№ п/п	Вид спортивной игры	№ п/п	Правила игры
1	Футбол	а	Основное время – 90 минут. Количество игроков: 11 x 11. Дополнительное время (два тайма по 15 минут), серия 12-метровых ударов. Ничья допускается
2	Волейбол	б	Основное время – 90 минут. Количество игроков: 11 x 11. Дополнительное время, пенальти. Ничья допускается
3	Баскетбол	в	Основное время – 60 минут. Количество игроков: 7 x 7. Дополнительный тайм, 7-метровые удары. Ничья допускается
4	Хоккей на траве	г	Время игры до 3 побед одной команды. Количество игроков: 6 x 6. Ничья невозможна
5	Гандбол	д	«Чистое» время – 40 минут. Количество игроков: 5 x 5. Овертайм до победы
6	Хоккей с шайбой	е	Основное время – 70 минут. Количество игроков: 11 x 11. Дополнительное время. Ничья допускается
7	Хоккей с мячом	ж	4 периода по 8 минут каждый. Количество игроков: 7 x 7. Дополнительное время: 2 периода по 3 мин «чистого» времени. Далее 5-метровые броски.
8	Водное поло	з	«Чистое» время – 60 минут. Количество игроков: 6 x 6. Два овертайма, буллиты до победы

24. Установите соответствие между органическими веществами и их категориями.

1	Витамины	А	Липиды
2	Белки	Б	Кальций
3	Углеводы	В	Аскорбиновая кислота
4	Жиры	Г	Протеины
5	Минеральные вещества	Д	Глюкоза

25. Установите соответствие между годами и странами проведения Олимпийских игр XXI века.

1	2000 год	А	Греция
2	2004 год	Б	Китай
3	2008 год	В	Австралия
4	2012 год	Г	Бразилия
5	2016 год	Д	Англия

1) В

2)

3)

4)

5)

Количество правильных ответов 88

Подпись (Владимир Св) Ф. И. О.

Подпись (Александр ДИ) Ф. И. О.

- 1. Какую награду получал победитель Олимпийских игр?
А. Денежное вознаграждение.
 Б. Медаль и кубок.
В. Венок из ветвей оливкового дерева.
Г. Звание аристократа.
- + 2. В каком году был создан Международный олимпийский комитет?
А. В 1898 г.,
Б. В 1911 г.,
В. В 1923 г.,
 Г. В 1894 г.
- + 3. Когда Всесоюзный совет физической культуры утвердил положение о комплексе ГТО?
 А. 7 марта 1931 г.,
Б. 24 мая 1931 г.,
В. 8 июня 1933 г.,
Г. 1 июня 1934 г.
- + 4. Метод длительного равномерного упражнения применяется для развития:
а) гибкости,
б) силы,
 в) выносливости,
г) координационных способностей.
- 5. Недостаток мышечной активности современного человека называют:
а) гипокинезия,
 б) атрофия,
в) гипоксия,
 г) гипертрофия.
- + 6. На этапе начального разучивания техники двигательного действия целью обучения является:
 а) сформировать у ученика основы техники изучаемого движения и добиться его выполнения в общих чертах;
б) завершить формирование двигательного умения;
в) детализированно освоить и закрепить технику изучаемого двигательного действия;
г) достичь слитности и стабильности выполнения фаз и частей техники изучаемого двигательного действия.
- 7. Пятикратный олимпийский чемпион по борьбе, завоевавший 5 золотых медалей на Олимпийских играх.
 а) Александр Карелин,
б) Александр Медведь,
в) Михаил Лопес,
г) Ясмани Акосту.
- + 8. При регулярных занятиях физическими упражнениями всегда наблюдается снижение:
а) артериального давления,
б) объема крови в организме,
в) мышечной массы,
 г) ЧСС.

- 9. Наиболее важную часть способа решения двигательной задачи принято обозначать как:
- а) основу техники,
 - б) главное звено техники,
 - в) детали техники,
 - г) корень техники.
- + 10. Подготовительные упражнения применяются:
- а) если необходимо устранять причины возникновения ошибок;
 - б) если в двигательном фонде отсутствуют опорные элементы;
 - в) если обучающийся недостаточно физически развит;
 - г) если применяется метод целостно-аналитического упражнения.
- + 11. Осанкой называется:
- а) силуэт человека;
 - б) привычная поза человека в вертикальном положении;
 - в) качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие;
 - г) пружинные характеристики позвоночника и стоп.
- + 12. В каких единицах измеряется суточная двигательная активность человека?
- А. Частота пульса.
 - Б. Количество занятий.
 - В. Количество шагов.
 - Г. Количество выполненных физических упражнений за занятие.
- 13. Уровень развития двигательных способностей человека определяется:
- а) тестами (контрольными упражнениями);
 - б) индивидуальными спортивными результатами;
 - в) разрядными нормативами единой спортивной классификации;
 - г) индивидуальной реакцией организма на внешнюю (стандартную) нагрузку.
- + 14. К специфическим методам физического воспитания относятся:
- а) словесные методы (распоряжения, команды, указания) и методы наглядного воздействия;
 - б) методы строго регламентированного упражнения, игровой и соревновательный методы;
 - в) методы срочной информации;
 - г) практический метод, видеометод, методы самостоятельной работы, методы контроля и самоконтроля.
- + 15. В какой из частей урока решаются задачи урока?
- А. В подготовительной.
 - Б. В основной.
 - В. В заключительной.
 - Г. В каждой из частей.
- 16. Дополните определение: «Сила – это способность преодолевать __ или противостоять ему за счёт ____».
- А. Внутреннее сопротивление, мышечного напряжения;
 - Б. Физическую нагрузку, мышечного напряжения;
 - В. Физические упражнения, внутреннего потенциала;
 - Г. Внешнее сопротивление, мышечного усилия.
- + 17. Кто представляет страну на Олимпийских играх в соответствии с Олимпийской хартией?
- А. Национальный олимпийский комитет.
 - Б. Президент страны.
 - В. Национальные спортивные федерации.
 - Г. Министерство спорта.

18. Как называют резкое кратковременное увеличение темпа движения по ходу дистанции (тактический приём в беге на 2000 м)?
 А. Спурт.
 Б. Старт.
 В. Форсаж.
 Г. Гипертрофия.
19. Какие из перечисленных методов можно отнести к методам словесного воздействия?
 А. Счёт во время выполнения упражнения.
 Б. Хлопки для задания ритма упражнения.
 В. Сигнал свистком для начала игры.
 Г. Выстрел на старте дистанции.
20. Самый эффективный способ выполнения физических упражнений.
 А. Техника.
 Б. Умение.
 В. Навык.
 Г. Результат.
21. Временное снижение работоспособности называется неадаптивной реакцией
22. Периоды биологического развития, в пределах которых формируются наиболее благоприятные условия совершенствования отдельных свойств организма и способностей человека, принято обозначать как взросление
23. Установите соответствие между видом спортивной игры и правилами соревнований.

№ п/п	Вид спортивной игры	№ п/п	Правила игры
1	Футбол	а	Основное время – 90 минут. Количество игроков: 11 x 11. Дополнительное время (два тайма по 15 минут), серия 12-метровых ударов. Ничья допускается
2	Волейбол	б	Основное время – 90 минут. Количество игроков: 11 x 11. Дополнительное время, пенальти. Ничья допускается
3	Баскетбол	в	Основное время – 60 минут. Количество игроков: 7 x 7. Дополнительный тайм, 7-метровые удары. Ничья допускается
4	Хоккей на траве	г	Время игры до 3 побед одной команды. Количество игроков: 6 x 6. Ничья невозможна
5	Гандбол	д	«Чистое» время – 40 минут. Количество игроков: 5 x 5. Овертайм до победы
6	Хоккей с шайбой	е	Основное время – 70 минут. Количество игроков: 11 x 11. Дополнительное время. Ничья допускается
7	Хоккей с мячом	ж	4 периода по 8 минут каждый. Количество игроков: 7 x 7. Дополнительное время: 2 периода по 3 мин «чистого» времени. Далее 5-метровые броски.
8	Водное поло	з	«Чистое» время – 60 минут. Количество игроков: 6 x 6. Два овертайма, буллиты до победы

24. Установите соответствие между органическими веществами и их категориями.

1	Витамины	А	Липиды
2	Белки	Б	Кальций
3	Углеводы	В	Аскорбиновая кислота
4	Жиры	Г	Протеины
5	Минеральные вещества	Д	Глюкоза

25. Установите соответствие между годами и странами проведения Олимпийских игр XXI века.

1	2000 год	А	Греция
2	2004 год	Б	Китай
3	2008 год	В	Австралия
4	2012 год	Г	Бразилия
5	2016 год	Д	Англия

Количество правильных ответов 115

[Подпись] (Федоркина С.С.)
 Подпись Ф. И. О.

[Подпись] (Адриановский Д.И.)
 Подпись Ф. И. О.

- 1. Какую награду получал победитель Олимпийских игр?
 А) Денежное вознаграждение.
Б) Медаль и кубок.
В) Венок из ветвей оливкового дерева.
Г) Звание аристократа.
- 2. В каком году был создан Международный олимпийский комитет?
А. В 1898 г.,
Б. В 1911 г.,
 В) В 1923 г.,
Г. В 1894 г.
- 3. Когда Всесоюзный совет физической культуры утвердил положение о комплексе ГТО?
А. 7 марта 1931 г.,
Б. 24 мая 1931 г.,
 В) 8 июня 1933 г.,
Г. 1 июня 1934 г.
- + 4. Метод длительного равномерного упражнения применяется для развития:
а) гибкости,
б) силы,
 в) выносливости,
г) координационных способностей.
- 5. Недостаток мышечной активности современного человека называют:
а) гипокинезия,
 б) атрофия,
в) гипоксия,
г) гипертрофия.
- + 6. На этапе начального разучивания техники двигательного действия целью обучения является:
 а) сформировать у ученика основы техники изучаемого движения и добиться его выполнения в общих чертах;
б) завершить формирование двигательного умения;
в) детализированно освоить и закрепить технику изучаемого двигательного действия;
г) достичь слитности и стабильности выполнения фаз и частей техники изучаемого двигательного действия.
- 7. Пятикратный олимпийский чемпион по борьбе, завоевавший 5 золотых медалей на Олимпийских играх.
 а) Александр Карелин,
б) Александр Медведь,
в) Михаил Лопес,
г) Ясмани Акосту.
- 8. При регулярных занятиях физическими упражнениями всегда наблюдается снижение:
 а) артериального давления,
б) объема крови в организме,
в) мышечной массы,
г) ЧСС.

- 9. Наиболее важную часть способа решения двигательной задачи принято обозначать как:
- а) основу техники,
 - б) главное звено техники,
 - в) детали техники,
 - г) корень техники.
- 10. Подготовительные упражнения применяются:
- а) если необходимо устранять причины возникновения ошибок;
 - б) если в двигательном фонде отсутствуют опорные элементы;
 - в) если обучающийся недостаточно физически развит;
 - г) если применяется метод целостно-аналитического упражнения.
- 11. Осанкой называется:
- а) силуэт человека;
 - б) привычная поза человека в вертикальном положении;
 - в) качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие;
 - г) пружинные характеристики позвоночника и стоп.
- + 12. В каких единицах измеряется суточная двигательная активность человека?
- А. Частота пульса.
 - Б. Количество занятий.
 - В. Количество шагов.
 - Г. Количество выполненных физических упражнений за занятие.
- 13. Уровень развития двигательных способностей человека определяется:
- а) тестами (контрольными упражнениями);
 - б) индивидуальными спортивными результатами;
 - в) разрядными нормативами единой спортивной классификации;
 - г) индивидуальной реакцией организма на внешнюю (стандартную) нагрузку.
- 14. К специфическим методам физического воспитания относятся:
- а) словесные методы (распоряжения, команды, указания) и методы наглядного воздействия;
 - б) методы строго регламентированного упражнения, игровой и соревновательный методы;
 - в) методы срочной информации;
 - г) практический метод, видеометод, методы самостоятельной работы, методы контроля и самоконтроля.
- + 15. В какой из частей урока решаются задачи урока?
- А. В подготовительной.
 - Б. В основной.
 - В. В заключительной.
 - Г. В каждой из частей.
- 16. Дополните определение: «Сила – это способность преодолевать __ или противостоять ему за счёт ____».
- А. Внутреннее сопротивление, мышечного напряжения;
 - Б. Физическую нагрузку, мышечного напряжения;
 - В. Физические упражнения, внутреннего потенциала;
 - Г. Внешнее сопротивление, мышечного усилия.
- + 17. Кто представляет страну на Олимпийских играх в соответствии с Олимпийской хартией?
- А. Национальный олимпийский комитет.
 - Б. Президент страны.
 - В. Национальные спортивные федерации.
 - Г. Министерство спорта.

18. Как называют резкое кратковременное увеличение темпа движения по ходу дистанции (тактический приём в беге на 2000 м)?
- А. Спурт.
 Б. Старт.
 В. Форсаж.
 Г. Гипертрофия.
19. Какие из перечисленных методов можно отнести к методам словесного воздействия?
- А. Счёт во время выполнения упражнения.
 Б. Хлопки для задания ритма упражнения.
 В. Сигнал свистком для начала игры.
 Г. Выстрел на старте дистанции.
20. Самый эффективный способ выполнения физических упражнений.
- А. Техника.
 Б. Умение.
 В. Навык.
 Г. Результат.
21. Временное снижение работоспособности называется усталость
22. Периоды биологического развития, в пределах которых формируются наиболее благоприятные условия совершенствования отдельных свойств организма и способностей человека, принято обозначать как _____
23. Установите соответствие между видом спортивной игры и правилами соревнований.

№ п/п	Вид спортивной игры	№ п/п	Правила игры
1	Футбол	а	Основное время – 90 минут. Количество игроков: 11 x 11. Дополнительное время (два тайма по 15 минут), серия 12-метровых ударов. Ничья допускается
2	Волейбол	б	Основное время – 90 минут. Количество игроков: 11 x 11. Дополнительное время, пенальти. Ничья допускается
3	Баскетбол	в	Основное время – 60 минут. Количество игроков: 7 x 7. Дополнительный тайм, 7-метровые удары. Ничья допускается
4	Хоккей на траве	г	Время игры до 3 побед одной команды. Количество игроков: 6 x 6. Ничья невозможна
5	Гандбол	д	«Чистое» время – 40 минут. Количество игроков: 5 x 5. Овертайм до победы
6	Хоккей с шайбой	е	Основное время – 70 минут. Количество игроков: 11 x 11. Дополнительное время. Ничья допускается
7	Хоккей с мячом	ж	4 периода по 8 минут каждый. Количество игроков: 7 x 7. Дополнительное время: 2 периода по 3 мин «чистого» времени. Далее 5-метровые броски.
8	Водное поло	з	«Чистое» время – 60 минут. Количество игроков: 6 x 6. Два овертайма, буллиты до победы

1-д
 2-2
 3-ж.
 4-е

5-а
 6-з
 7-г
 8-б

24. Установите соответствие между органическими веществами и их категориями.

1	Витамины	А	Липиды
2	Белки	Б	Кальций
3	Углеводы	В	Аскорбиновая кислота
4	Жиры	Г	Протеины
5	Минеральные вещества	Д	Глюкоза

35

1-В 2-Г 3-Д 4-А 5-Б

25. Установите соответствие между годами и странами проведения Олимпийских игр XXI века.

1	2000 год	А	Греция
2	2004 год	Б	Китай
3	2008 год	В	Австралия
4	2012 год	Г	Бразилия
5	2016 год	Д	Англия

35

1-В 4-Д
2-А 5-Г
3-БКоличество правильных ответов 135

Подпись (Волгарина С.)
Ф. И. О.

Подпись (Лоричинский Д.И.)
Ф. И. О.

Всероссийская олимпиада школьников по физической культуре
Школьный этап
9–11-е классы

185

код № ФК - 10190405

- 1. Какую награду получал победитель Олимпийских игр?
А. Денежное вознаграждение.
 Б. Медаль и кубок.
В. Венок из ветвей оливкового дерева.
Г. Звание аристократа.
- + 2. В каком году был создан Международный олимпийский комитет?
А. В 1898 г.,
Б. В 1911 г.,
В. В 1923 г.,
 Г. В 1894 г.
- + 3. Когда Всесоюзный совет физической культуры утвердил положение о комплексе ГТО?
 А. 7 марта 1931 г.,
Б. 24 мая 1931 г.,
В. 8 июня 1933 г.,
Г. 1 июня 1934 г.
- + 4. Метод длительного равномерного упражнения применяется для развития:
а) гибкости,
б) силы,
 в) выносливости,
г) координационных способностей.
- 5. Недостаток мышечной активности современного человека называют:
а) гипокинезия,
 б) атрофия,
в) гипоксия,
г) гипертрофия.
- + 6. На этапе начального разучивания техники двигательного действия целью обучения является:
 а) сформировать у ученика основы техники изучаемого движения и добиться его выполнения в общих чертах;
б) завершить формирование двигательного умения;
в) детализированно освоить и закрепить технику изучаемого двигательного действия;
г) достичь слитности и стабильности выполнения фаз и частей техники изучаемого двигательного действия.
- 7. Пятикратный олимпийский чемпион по борьбе, завоевавший 5 золотых медалей на Олимпийских играх.
 а) Александр Карелин,
б) Александр Медведь,
в) Михаил Лопес,
г) Ясмани Акосту.
- + 8. При регулярных занятиях физическими упражнениями всегда наблюдается снижение:
а) артериального давления,
б) объема крови в организме,
в) мышечной массы,
 г) ЧСС.

9. Наиболее важную часть способа решения двигательной задачи принято обозначать как:

- а) основу техники,
- б) главное звено техники,
- в) детали техники,
- г) корень техники.

10. Подготовительные упражнения применяются:

- а) если необходимо устранять причины возникновения ошибок;
- б) если в двигательном фонде отсутствуют опорные элементы;
- в) если обучающийся недостаточно физически развит;
- г) если применяется метод целостно-аналитического упражнения.

11. Осанкой называется:

- а) силуэт человека;
- б) привычная поза человека в вертикальном положении;
- в) качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие;
- г) пружинные характеристики позвоночника и стоп.

12. В каких единицах измеряется суточная двигательная активность человека?

- А. Частота пульса.
- Б. Количество занятий.
- В. Количество шагов.
- Г. Количество выполненных физических упражнений за занятие.

13. Уровень развития двигательных способностей человека определяется:

- а) тестами (контрольными упражнениями);
- б) индивидуальными спортивными результатами;
- в) разрядными нормативами единой спортивной классификации;
- г) индивидуальной реакцией организма на внешнюю (стандартную) нагрузку.

14. К специфическим методам физического воспитания относятся:

- а) словесные методы (распоряжения, команды, указания) и методы наглядного воздействия;
- б) методы строго регламентированного упражнения, игровой и соревновательный методы;
- в) методы срочной информации;
- г) практический метод, видеометод, методы самостоятельной работы, методы контроля и самоконтроля.

15. В какой из частей урока решаются задачи урока?

- А. В подготовительной.
- Б. В основной.
- В. В заключительной.
- Г. В каждой из частей.

16. Дополните определение: «Сила – это способность преодолевать __ или противостоять ему за счёт ____».

- А. Внутреннее сопротивление, мышечного напряжения;
- Б. Физическую нагрузку, мышечного напряжения;
- В. Физические упражнения, внутреннего потенциала;
- Г. Внешнее сопротивление, мышечного усилия.

17. Кто представляет страну на Олимпийских играх в соответствии с Олимпийской хартией?

- А. Национальный олимпийский комитет.
- Б. Президент страны.
- В. Национальные спортивные федерации.
- Г. Министерство спорта.

18. Как называют резкое кратковременное увеличение темпа движения по ходу дистанции (тактический приём в беге на 2000 м)?

- А. Спурт.
- Б. Старт.
- В. Форсаж.
- Г. Гипертрофия.

19. Какие из перечисленных методов можно отнести к методам словесного воздействия?

- А. Счёт во время выполнения упражнения.
- Б. Хлопки для задания ритма упражнения.
- В. Сигнал свистком для начала игры.
- Г. Выстрел на старте дистанции.

20. Самый эффективный способ выполнения физических упражнений.

- А. Техника.
- Б. Умение.
- В. Навык.
- Г. Результат.

21. Временное снижение работоспособности называется усталость

22. Периоды биологического развития, в пределах которых формируются наиболее благоприятные условия совершенствования отдельных свойств организма и способностей человека, принято обозначать как сенситивный период

23. Установите соответствие между видом спортивной игры и правилами соревнований.

№ п/п	Вид спортивной игры	№ п/п	Правила игры
1	Футбол	а	Основное время – 90 минут. Количество игроков: 11 x 11. Дополнительное время (два тайма по 15 минут), серия 12-метровых ударов. Ничья допускается
2	Волейбол	б	Основное время – 90 минут. Количество игроков: 11 x 11. Дополнительное время, пенальти. Ничья допускается
3	Баскетбол	в	Основное время – 60 минут. Количество игроков: 7 x 7. Дополнительный тайм, 7-метровые удары. Ничья допускается
4	Хоккей на траве	г	Время игры до 3 побед одной команды. Количество игроков: 6 x 6. Ничья невозможна
5	Гандбол	д	«Чистое» время – 40 минут. Количество игроков: 5 x 5. Овертайм до победы
6	Хоккей с шайбой	е	Основное время – 70 минут. Количество игроков: 11 x 11. Дополнительное время. Ничья допускается
7	Хоккей с мячом	ж	4 периода по 8 минут каждый. Количество игроков: 7 x 7. Дополнительное время: 2 периода по 3 мин «чистого» времени. Далее 5-метровые броски.
8	Водное поло	з	«Чистое» время – 60 минут. Количество игроков: 6 x 6. Два овертайма, буллиты до победы

ФК: 10190105.

24. Установите соответствие между органическими веществами и их категориями.

1	Витамины	А	Липиды
2	Белки	Б	Кальций
3	Углеводы	В	Аскорбиновая кислота
4	Жиры	Г	Протеины
5	Минеральные вещества	Д	Глюкоза

36

25. Установите соответствие между годами и странами проведения Олимпийских игр XXI века.

1	2000 год	А	Греция
2	2004 год	Б	Китай
3	2008 год	В	Австралия
4	2012 год	Г	Бразилия
5	2016 год	Д	Англия

Количество правильных ответов 185

Подпись [подпись] (Варшине ОА)
Ф. И. О.

Подпись [подпись] (Ворухинский ДИ.)
Ф. И. О.

Всероссийская олимпиада школьников по физической культуре
Школьный этап
9–11-е классы

код № ФК - 11190109 ¹¹⁵

- + 1. Какую награду получал победитель Олимпийских игр?
А. Денежное вознаграждение.
Б. Медаль и кубок.
В. Венок из ветвей оливкового дерева.
Г. Звание аристократа.
- + 2. В каком году был создан Международный олимпийский комитет?
А. В 1898 г.,
Б. В 1911 г.,
В. В 1923 г.,
Г. В 1894 г.
- 3. Когда Всесоюзный совет физической культуры утвердил положение о комплексе ГТО?
А. 7 марта 1931 г.,
Б. 24 мая 1931 г.,
В. 8 июня 1933 г.,
Г. 1 июня 1934 г.
- 4. Метод длительного равномерного упражнения применяется для развития:
а) гибкости,
б) силы,
в) выносливости,
г) координационных способностей.
- 5. Недостаток мышечной активности современного человека называют:
а) гипокинезия,
б) атрофия,
в) гипоксия,
г) гипертрофия.
- 6. На этапе начального разучивания техники двигательного действия целью обучения является:
а) сформировать у ученика основы техники изучаемого движения и добиться его выполнения в общих чертах;
б) завершить формирование двигательного умения;
в) детализированно освоить и закрепить технику изучаемого двигательного действия;
г) достичь слитности и стабильности выполнения фаз и частей техники изучаемого двигательного действия.
- 7. Пятикратный олимпийский чемпион по борьбе, завоевавший 5 золотых медалей на Олимпийских играх.
а) Александр Карелин,
б) Александр Медведь,
в) Михаил Лопес,
г) Ясмани Акосту.
- 8. При регулярных занятиях физическими упражнениями всегда наблюдается снижение:
а) артериального давления,
б) объема крови в организме,
в) мышечной массы,
г) ЧСС.

9. Наиболее важную часть способа решения двигательной задачи принято обозначать как:
- а) основу техники,
 - б) главное звено техники,
 - в) детали техники,
 - г) корень техники.
10. Подготовительные упражнения применяются:
- а) если необходимо устранять причины возникновения ошибок;
 - б) если в двигательном фонде отсутствуют опорные элементы;
 - в) если обучающийся недостаточно физически развит;
 - г) если применяется метод целостно-аналитического упражнения.
11. Осанкой называется:
- а) силуэт человека;
 - б) привычная поза человека в вертикальном положении;
 - в) качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие;
 - г) пружинные характеристики позвоночника и стоп.
12. В каких единицах измеряется суточная двигательная активность человека?
- А. Частота пульса.
 - Б. Количество занятий.
 - В. Количество шагов.
 - Г. Количество выполненных физических упражнений за занятие.
13. Уровень развития двигательных способностей человека определяется:
- а) тестами (контрольными упражнениями);
 - б) индивидуальными спортивными результатами;
 - в) разрядными нормативами единой спортивной классификации;
 - г) индивидуальной реакцией организма на внешнюю (стандартную) нагрузку.
14. К специфическим методам физического воспитания относятся:
- а) словесные методы (распоряжения, команды, указания) и методы наглядного воздействия;
 - б) методы строго регламентированного упражнения, игровой и соревновательный методы;
 - в) методы срочной информации;
 - г) практический метод, видеометод, методы самостоятельной работы, методы контроля и самоконтроля.
15. В какой из частей урока решаются задачи урока?
- А. В подготовительной.
 - Б. В основной.
 - В. В заключительной.
 - Г. В каждой из частей.
16. Дополните определение: «Сила – это способность преодолевать __ или противостоять ему за счёт ____».
- А. Внутреннее сопротивление, мышечного напряжения;
 - Б. Физическую нагрузку, мышечного напряжения;
 - В. Физические упражнения, внутреннего потенциала;
 - Г. Внешнее сопротивление, мышечного усилия.
17. Кто представляет страну на Олимпийских играх в соответствии с Олимпийской хартией?
- А. Национальный олимпийский комитет.
 - Б. Президент страны.
 - В. Национальные спортивные федерации.
 - Г. Министерство спорта.

18. Как называют резкое кратковременное увеличение темпа движения по ходу дистанции (тактический приём в беге на 2000 м)?
 А. Спурт.
 Б. Старт.
 В. Форсаж.
 Г. Гипертрофия.
19. Какие из перечисленных методов можно отнести к методам словесного воздействия?
 А. Счёт во время выполнения упражнения.
 Б. Хлопки для задания ритма упражнения.
 В. Сигнал свистком для начала игры.
 Г. Выстрел на старте дистанции.
20. Самый эффективный способ выполнения физических упражнений.
 А. Техника.
 Б. Умение.
 В. Навык.
 Г. Результат.
21. Временное снижение работоспособности называется усталость
22. Периоды биологического развития, в пределах которых формируются наиболее благоприятные условия совершенствования отдельных свойств организма и способностей человека, принято обозначать как _____

23. Установите соответствие между видом спортивной игры и правилами соревнований.

№ п/п	Вид спортивной игры	№ п/п	Правила игры
1	Футбол	а	Основное время – 90 минут. Количество игроков: 11 x 11. Дополнительное время (два тайма по 15 минут), серия 12-метровых ударов. Ничья допускается
2	Волейбол	б	Основное время – 90 минут. Количество игроков: 11 x 11. Дополнительное время, пенальти. Ничья допускается
3	Баскетбол	в	Основное время – 60 минут. Количество игроков: 7 x 7. Дополнительный тайм, 7-метровые удары. Ничья допускается
4	Хоккей на траве	г	Время игры до 3 побед одной команды. Количество игроков: 6 x 6. Ничья невозможна
5	Гандбол	д	«Чистое» время – 40 минут. Количество игроков: 5 x 5. Овертайм до победы
6	Хоккей с шайбой	е	Основное время – 70 минут. Количество игроков: 11 x 11. Дополнительное время. Ничья допускается
7	Хоккей с мячом	ж	4 периода по 8 минут каждый. Количество игроков: 7 x 7. Дополнительное время: 2 периода по 3 мин «чистого» времени. Далее 5-метровые броски.
8	Водное поло	з	«Чистое» время – 60 минут. Количество игроков: 6 x 6. Два овертайма, буллиты до победы

1-б
 2-2
 3-9
 4-а
 5-в
 6-3
 7-е

1-6
2-2
3-9
4-9
5-8

24. Установите соответствие между органическими веществами и их категориями.

1	Витамины	А	Липиды
2	Белки	Б	Кальций
3	Углеводы	В	Аскорбиновая кислота
4	Жиры	Г	Протеины
5	Минеральные вещества	Д	Глюкоза

35.

25. Установите соответствие между годами и странами проведения Олимпийских игр XXI века.

1-0
2-9
3-8
4-2
5-9

1	2000 год	А	Греция
2	2004 год	Б	Китай
3	2008 год	В	Австралия
4	2012 год	Г	Бразилия
5	2016 год	Д	Англия

Количество правильных ответов 110

Подпись (Вторичная С.)
Ф. И. О.

Подпись (Вторичный Д.И.)
Ф. И. О.

- 1. Какую награду получал победитель Олимпийских игр?
А. Денежное вознаграждение.
 Б. Медаль и кубок.
В. Венок из ветвей оливкового дерева.
Г. Звание аристократа.
- + 2. В каком году был создан Международный олимпийский комитет?
А. В 1898 г.,
Б. В 1911 г.,
В. В 1923 г.,
 Г. В 1894 г.
- + 3. Когда Всесоюзный совет физической культуры утвердил положение о комплексе ГТО?
 А. 7 марта 1931 г.,
Б. 24 мая 1931 г.,
В. 8 июня 1933 г.,
Г. 1 июня 1934 г.
- + 4. Метод длительного равномерного упражнения применяется для развития:
а) гибкости,
б) силы,
 в) выносливости,
г) координационных способностей.
- 5. Недостаток мышечной активности современного человека называют:
а) гипокинезия,
 б) атрофия,
в) гипоксия,
г) гипертрофия.
- + 6. На этапе начального разучивания техники двигательного действия целью обучения является:
 а) сформировать у ученика основы техники изучаемого движения и добиться его выполнения в общих чертах;
б) завершить формирование двигательного умения;
в) детализированно освоить и закрепить технику изучаемого двигательного действия;
г) достичь слитности и стабильности выполнения фаз и частей техники изучаемого двигательного действия.
- 7. Пятикратный олимпийский чемпион по борьбе, завоевавший 5 золотых медалей на Олимпийских играх.
 а) Александр Карелин,
б) Александр Медведь,
в) Михаил Лопес,
г) Ясмани Акосту.
- + 8. При регулярных занятиях физическими упражнениями всегда наблюдается снижение:
а) артериального давления,
б) объема крови в организме,
в) мышечной массы,
 г) ЧСС.

- 9. Наиболее важную часть способа решения двигательной задачи принято обозначать как:
- а) основу техники,
 - б) главное звено техники,
 - в) детали техники,
 - г) корень техники.
- + 10. Подготовительные упражнения применяются:
- а) если необходимо устранять причины возникновения ошибок;
 - б) если в двигательном фонде отсутствуют опорные элементы;
 - в) если обучающийся недостаточно физически развит;
 - г) если применяется метод целостно-аналитического упражнения.
- + 11. Осанкой называется:
- а) силуэт человека;
 - б) привычная поза человека в вертикальном положении;
 - в) качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие;
 - г) пружинные характеристики позвоночника и стоп.
- + 12. В каких единицах измеряется суточная двигательная активность человека?
- А. Частота пульса.
 - Б. Количество занятий.
 - В. Количество шагов.
 - Г. Количество выполненных физических упражнений за занятие.
- 13. Уровень развития двигательных способностей человека определяется:
- а) тестами (контрольными упражнениями);
 - б) индивидуальными спортивными результатами;
 - в) разрядными нормативами единой спортивной классификации;
 - г) индивидуальной реакцией организма на внешнюю (стандартную) нагрузку.
- + 14. К специфическим методам физического воспитания относятся:
- а) словесные методы (распоряжения, команды, указания) и методы наглядного воздействия;
 - б) методы строго регламентированного упражнения, игровой и соревновательный методы;
 - в) методы срочной информации;
 - г) практический метод, видеометод, методы самостоятельной работы, методы контроля и самоконтроля.
- + 15. В какой из частей урока решаются задачи урока?
- А. В подготовительной.
 - Б. В основной.
 - В. В заключительной.
 - Г. В каждой из частей.
- + 16. Дополните определение: «Сила – это способность преодолевать __ или противостоять ему за счёт ____».
- А. Внутреннее сопротивление, мышечного напряжения;
 - Б. Физическую нагрузку, мышечного напряжения;
 - В. Физические упражнения, внутреннего потенциала;
 - Г. Внешнее сопротивление, мышечного усилия.
- + 17. Кто представляет страну на Олимпийских играх в соответствии с Олимпийской хартией?
- А. Национальный олимпийский комитет.
 - Б. Президент страны.
 - В. Национальные спортивные федерации.
 - Г. Министерство спорта.

18. Как называют резкое кратковременное увеличение темпа движения по ходу дистанции (тактический приём в беге на 2000 м)?
 А. Спурт.
 Б. Старт.
 В. Форсаж.
 Г. Гипертрофия.
19. Какие из перечисленных методов можно отнести к методам словесного воздействия?
 А. Счёт во время выполнения упражнения.
 Б. Хлопки для задания ритма упражнения.
 В. Сигнал свистком для начала игры.
 Г. Выстрел на старте дистанции.
20. Самый эффективный способ выполнения физических упражнений.
 А. Техника.
 Б. Умение.
 В. Навык.
 Г. Результат.
21. Временное снижение работоспособности называется усталость
22. Периоды биологического развития, в пределах которых формируются наиболее благоприятные условия совершенствования отдельных свойств организма и способностей человека, принято обозначать как сенситивные периоды
23. Установите соответствие между видом спортивной игры и правилами соревнований.

№ п/п	Вид спортивной игры	№ п/п	Правила игры
1	Футбол	а	Основное время – 90 минут. Количество игроков: 11 x 11. Дополнительное время (два тайма по 15 минут), серия 12-метровых ударов. Ничья допускается
2	Волейбол	б	Основное время – 90 минут. Количество игроков: 11 x 11. Дополнительное время, пенальти. Ничья допускается
3	Баскетбол	в	Основное время – 60 минут. Количество игроков: 7 x 7. Дополнительный тайм, 7-метровые удары. Ничья допускается
4	Хоккей на траве	г	Время игры до 3 побед одной команды. Количество игроков: 6 x 6. Ничья невозможна
5	Гандбол	д	«Чистое» время – 40 минут. Количество игроков: 5 x 5. Овертайм до победы
6	Хоккей с шайбой	е	Основное время – 70 минут. Количество игроков: 11 x 11. Дополнительное время. Ничья допускается
7	Хоккей с мячом	ж	4 периода по 8 минут каждый. Количество игроков: 7 x 7. Дополнительное время: 2 периода по 3 мин «чистого» времени. Далее 5-метровые броски.
8	Водное поло	з	«Чистое» время – 60 минут. Количество игроков: 6 x 6. Два овертайма, буллиты до победы

24. Установите соответствие между органическими веществами и их категориями.

1	Витамины	А	Липиды
2	Белки	Б	Кальций
3	Углеводы	В	Аскорбиновая кислота
4	Жиры	Г	Протеины
5	Минеральные вещества	Д	Глюкоза

25. Установите соответствие между годами и странами проведения Олимпийских игр XXI века.

1	2000 год	А	Греция
2	2004 год	Б	Китай
3	2008 год	В	Австралия
4	2012 год	Г	Бразилия
5	2016 год	Д	Англия

Количество правильных ответов 185

Подпись

(Возгрина С.А.)
Ф. И. О.

Подпись

(Адриксинский Д.И.)
Ф. И. О.

Всероссийская олимпиада школьников по физической культуре
Школьный этап
9–11-е классы

125

код № ФК - 9190202

- + 1. Какую награду получал победитель Олимпийских игр?
А. Денежное вознаграждение.
Б. Медаль и кубок.
В. Венок из ветвей оливкового дерева.
Г. Звание аристократа.
- 2. В каком году был создан Международный олимпийский комитет?
А. В 1898 г.,
Б. В 1911 г.,
В. В 1923 г.,
Г. В 1894 г.
- 3. Когда Всесоюзный совет физической культуры утвердил положение о комплексе ГТО?
А. 7 марта 1931 г.,
Б. 24 мая 1931 г.,
В. 8 июня 1933 г.,
Г. 1 июня 1934 г.
- 4. Метод длительного равномерного упражнения применяется для развития:
а) гибкости,
б) силы,
в) выносливости,
г) координационных способностей.
- 5. Недостаток мышечной активности современного человека называют:
а) гипокинезия,
б) атрофия,
в) гипоксия,
г) гипертрофия.
- + 6. На этапе начального разучивания техники двигательного действия целью обучения является:
а) сформировать у ученика основы техники изучаемого движения и добиться его выполнения в общих чертах;
б) завершить формирование двигательного умения;
в) детализированно освоить и закрепить технику изучаемого двигательного действия;
г) достичь слитности и стабильности выполнения фаз и частей техники изучаемого двигательного действия.
- 7. Пятикратный олимпийский чемпион по борьбе, завоевавший 5 золотых медалей на Олимпийских играх.
а) Александр Карелин,
б) Александр Медведь,
в) Михаил Лопес,
г) Ясмани Акосту.
- + 8. При регулярных занятиях физическими упражнениями всегда наблюдается снижение:
а) артериального давления,
б) объема крови в организме,
в) мышечной массы,
г) ЧСС.

- 9. Наиболее важную часть способа решения двигательной задачи принято обозначать как:
- а) основу техники,
 - б) главное звено техники,
 - в) детали техники,
 - г) корень техники.
- + 10. Подготовительные упражнения применяются:
- а) если необходимо устранять причины возникновения ошибок;
 - б) если в двигательном фонде отсутствуют опорные элементы;
 - в) если обучающийся недостаточно физически развит;
 - г) если применяется метод целостно-аналитического упражнения.
- + 11. Осанкой называется:
- а) силуэт человека;
 - б) привычная поза человека в вертикальном положении;
 - в) качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие;
 - г) пружинные характеристики позвоночника и стоп.
- + 12. В каких единицах измеряется суточная двигательная активность человека?
- А. Частота пульса.
 - Б. Количество занятий.
 - в) Количество шагов.
 - Г. Количество выполненных физических упражнений за занятие.
- 13. Уровень развития двигательных способностей человека определяется:
- а) тестами (контрольными упражнениями);
 - б) индивидуальными спортивными результатами;
 - в) разрядными нормативами единой спортивной классификации;
 - г) индивидуальной реакцией организма на внешнюю (стандартную) нагрузку.
- + 14. К специфическим методам физического воспитания относятся:
- а) словесные методы (распоряжения, команды, указания) и методы наглядного воздействия;
 - б) методы строго регламентированного упражнения, игровой и соревновательный методы;
 - в) методы срочной информации;
 - г) практический метод, видеометод, методы самостоятельной работы, методы контроля и самоконтроля.
- 15. В какой из частей урока решаются задачи урока?
- А. В подготовительной.
 - Б. В основной.
 - в) В заключительной.
 - Г. В каждой из частей.
- 16. Дополните определение: «Сила – это способность преодолевать __ или противостоят ему за счёт ____».
- в) Внутреннее сопротивление, мышечного напряжения;
 - Б. Физическую нагрузку, мышечного напряжения;
 - В. Физические упражнения, внутреннего потенциала;
 - Г. Внешнее сопротивление, мышечного усилия.
- + 17. Кто представляет страну на Олимпийских играх в соответствии с Олимпийской хартией?
- в) Национальный олимпийский комитет.
 - Б. Президент страны.
 - В. Национальные спортивные федерации.
 - Г. Министерство спорта.

18. Как называют резкое кратковременное увеличение темпа движения по ходу дистанции (тактический приём в беге на 2000 м)?

- А. Спурт.
 Б. Старт.
 В. Форсаж.
 Г. Гипертрофия.

19. Какие из перечисленных методов можно отнести к методам словесного воздействия?

- А. Счёт во время выполнения упражнения.
 Б. Хлопки для задания ритма упражнения.
 В. Сигнал свистком для начала игры.
 Г. Выстрел на старте дистанции.

20. Самый эффективный способ выполнения физических упражнений.

- А. Техника.
 Б. Умение.
 В. Навык.
 Г. Результат.

21. Временное снижение работоспособности называется усталостью

22. Периоды биологического развития, в пределах которых формируются наиболее благоприятные условия совершенствования отдельных свойств организма и способностей человека, принято обозначать как сенситивные периоды

23. Установите соответствие между видом спортивной игры и правилами соревнований.

№ п/п	Вид спортивной игры	№ п/п	Правила игры
1	Футбол	а	Основное время – 90 минут. Количество игроков: 11 x 11. Дополнительное время (два тайма по 15 минут), серия 12-метровых ударов. Ничья допускается
2	Волейбол	б	Основное время – 90 минут. Количество игроков: 11 x 11. Дополнительное время, пенальти. Ничья допускается
3	Баскетбол	в	Основное время – 60 минут. Количество игроков: 7 x 7. Дополнительный тайм, 7-метровые удары. Ничья допускается
4	Хоккей на траве	г	Время игры до 3 побед одной команды. Количество игроков: 6 x 6. Ничья невозможна
5	Гандбол	д	«Чистое» время – 40 минут. Количество игроков: 5 x 5. Овертайм до победы
6	Хоккей с шайбой	е	Основное время – 70 минут. Количество игроков: 11 x 11. Дополнительное время. Ничья допускается
7	Хоккей с мячом	ж	4 периода по 8 минут каждый. Количество игроков: 7 x 7. Дополнительное время: 2 периода по 3 мин «чистого» времени. Далее 5-метровые броски.
8	Водное поло	з	«Чистое» время – 60 минут. Количество игроков: 6 x 6. Два овертайма, буллиты до победы

1-б
 2-2
 3-ж
 4-в

5-з
 6-а
 7-е
 8-д

24. Установите соответствие между органическими веществами и их категориями.

1	Витамины	А	Липиды
2	Белки	Б	Кальций
3	Углеводы	В	Аскорбиновая кислота
4	Жиры	Г	Протеины
5	Минеральные вещества	Д	Глюкоза

1-В 2-Г 3-Б 4-Д 5-А

25. Установите соответствие между годами и странами проведения Олимпийских игр XXI века.

1	2000 год	А	Греция
2	2004 год	Б	Китай
3	2008 год	В	Австралия
4	2012 год	Г	Бразилия
5	2016 год	Д	Англия

1-Д 2-А 3-Г 4-В 5-Б

Количество правильных ответов 10/5

Подпись (В. И. О.)
Ф. И. О.

Подпись (Александровский Д. И.)
Ф. И. О.