

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

Код участника _____

1. Кровь возвращается к сердцу:

- а) по артериям,
- б) по капиллярам,
- в) по венам,
- г) по артериолам.

2. С какого года в России физическое воспитание становится обязательным предметом в школе по 2 часа в неделю?

- А. С 1920 года. Б. С 1940 года. В. С 1970 года. Г. С 1976 года.

3. К объективным критериям самоконтроля можно отнести:

- а) самочувствие, аппетит, работоспособность;
- б) частоту дыхания, жизненную ёмкость лёгких (ЖЕЛ), антропометрию;
- в) нарушение режима, наличие болевых ощущений;
- г) частоту сердечных сокращений (ЧСС), усталость, аппетит.

4. Первым членом Международного олимпийского комитета от России в 1894 году был выбран:

- а) А.Д. Бутовский,
- б) Г.И. Рибопьер,
- в) Н.А. Панин-Коломенкин,
- г) В.И. Срезневский.

5. Сохранение равновесия тела путём изменения положения его отдельных звеньев называется:

- а) устойчивость, б) равновесие, в) баланс, г) стойка.

6. Способы выполнения двигательных действий, с помощью которых двигательные задачи решаются с относительно большей эффективностью, принято называть:

- а) модель техники,
- б) техника двигательных действий,
- в) техника физического упражнения,
- г) двигательный навык.

7. В процессе обучения подготовительные упражнения применяются, если:

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

8. «Интервальный» режим является наиболее распространенным при воспитании:

- а) общей выносливости,
- б) специальной выносливости,
- в) скоростно-силовых способностей,
- г) элементарных форм проявления быстроты.

9. Основную часть урока физической культуры рекомендуется начинать:

- а) с воспитания выносливости,
- б) разучивания новых двигательных действий,
- в) совершенствования гибкости,
- г) закрепления сформированных навыков.

10. Панаэллинские игры – общенациональные празднества в Древней Греции, устраивавшиеся в честь богов. Они возникли как спортивные состязания, к которым впоследствии добавились и другие дисциплины. Как назывались игры, которые проводились один раз в четыре года в Дельфах в честь бога Аполлона?

- А. Панафинейские. Б. Пифийские. В. Истмийские. Г. Немейские.

11. В каком случае организатор спортивного мероприятия в командных видах спорта должен наложить соответствующую санкцию на команду (например, снятие заработанных очков, дисквалификация со спортивных соревнований или спортивного мероприятия)?

- А. Если один член команды нарушил антидопинговые правила.
Б. Если два члена команды нарушили антидопинговые правила.
В. Если три члена команды нарушили антидопинговые правила.
Г. Если четыре члена команды нарушили антидопинговые правила.

12. Уровень владения техникой действия, при котором внимание акцентировано преимущественно на качестве его выполнения обозначается как:

- а) двигательное умение,
б) техническое мастерство,
в) двигательная одарённость,
г) двигательный навык.

13. Ритм как комплексная характеристика техники двигательных действий проявляется:

- а) в чередовании акцентированных и пассивных фаз,
б) частоте движений в единицу времени,
в) соотношении внутренних и внешних сил,
г) точности и конечном результате действия.

14. Кто из древних врачей не только широко использовал физические упражнения при лечении больных, но и обосновал принцип их применения?

- А. Гиппократ. Б. Авиценна. В. Клавдий Гален. Г. Аристотель.

15. Индекс Эрисмана является показателем:

- а) типа телосложения,
б) развития степени ожирения,
в) развития пропорциональности грудной клетки,
г) пропорциональности развития.

16. Одной из самых распространённых проб индивидуального контроля при занятиях физическими упражнениями является проба с приседаниями: нужно выполнить 20 приседаний в темпе 1 раз в сек. За какое время пульс должен вернуться к исходному значению?

- А. За 2 минуты. Б. За 3 минуты. В. За 4 минуты. Г. за 5 минут.

17. В программу первых зимних Олимпийских игр 1924 года в Шамони были включены два вида лыжного спорта:

- а) гонки на 18 и 50 км среди мужчин,
б) гонки на 10 и 30 км среди мужчин,
в) гонки на 10 и 20 км среди мужчин,
г) гонки на 8 и 15 км среди мужчин.

18. Как лыжники и биатлонисты называют кубок мира, который получает спортсмен по итогам зачётных индивидуальных гонок текущего соревновательного года?

- А. Кубок лыжни.

- Б. Золотой глобус.
- В. Король лыжни.
- Г. Большой хрустальный глобус.

19. Для обозначения координат на шахматной доске используются буквы и цифры. Цифрами обозначают:

- а) диагонали,
- б) горизонтали,
- в) первую вертикаль,
- г) вертикали.

20. Определите с помощью таблицы, сколько всего медалей у страны, занявшей четвёртое место по числу золотых медалей.

Распределение медалей на зимних Олимпийских играх в Сочи среди стран, занявших первые 10 мест по количеству золотых медалей.

Место	Страна	Медали			
		золотые	серебряные	бронзовые	всего
1-е	Россия	13	11	9	33
2-е	Норвегия	11	5	10	26
3-е	Канада	10	10	5	25
4-е	США	9	7	12	28
5-е	Нидерланды	8	7	9	24
6-е	Германия	8	6	5	19
7-е	Швейцария	6	3	2	11
8-е	Белоруссия	5	0	1	6
9-е	Австрия	4	8	5	17
10-е	Франция	4	4	7	15

21. В лыжных гонках переход с одновременных на попеременные ходы осуществляется (отметьте все позиции):

- а) накатом,
- б) прокатом,
- в) перешагиванием,
- г) прямым переходом.

22. В каком виде спорта выступал Николай Панин–Коломенкин на V Олимпийских играх? _____

23. Составные компоненты ферментных систем, играющие роль катализаторов в обменных процессах, называются _____

24. Перечислите в каких единицах измеряется гибкость человека?

25. Как называется функциональная проба с задержкой дыхания на выдохе?

26. Выполнение упражнения, совпадающее по форме с соревновательным, но отличающееся по уровню прилагаемых усилий. _____

27. Самой нежной и щадящей из всех закаливающих процедур водой считается

28. Перечислите уровни трудности, которые предусматривает комплекс ГТО.

29. На XXXIII Олимпийских играх в Париже участвовали 15 российских спортсменов – «индивидуальные нейтральные атлеты» – в пяти видах спорта. Напишите эти виды спорта.

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

30. Укажите номера спортсменов, итоговый балл которых больше 165, без пробелов, запятых и других дополнительных символов.

На соревнованиях по прыжкам в воду судьи выставили оценки от 0 до 10 трём спортсменам. Результаты приведены в таблице. К* – коэффициент сложности. Итоговый балл вычисляется следующим образом: две наибольшие и две наименьшие оценки отбрасываются, а три оставшиеся складываются, и их сумма умножается на коэффициент сложности.

Номер спортсмена	К*	1-й судья	2-й судья	3-й судья	4-й судья	5-й судья	6-й судья	7-й судья
1	8	7,0	7,7	6,8	8,4	6,2	5,5	6,5
2	7,5	8,4	6,9	5,1	8,3	7,3	7,6	6,7
3	9	5,5	7,2	5,0	7,2	5,2	5,9	7,0

Решение задачи необходимо записать.

Количество правильных ответов _____

_____ (_____)
Подпись Ф. И. О.

_____ (_____)
Подпись Ф. И. О.