C:\Users\User\Pictures\2023-10-19\036.tif

C:\Users\User\Pictures\2023-10-19\037.tif

1.  На какое физическое качество производится воздействие при выполнении упражнения «сгибание и разгибание рук в упоре лёжа»?

а) ловкость

б) сила

в) быстрота

г) выносливость

1. Античные Олимпийские игры получили своё название потому, что соревнования проводились

а) у подножия горы Олимп

б) в местности, называемой Олимпией

в) в честь олимпийских богов

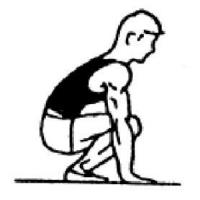
г) после зажжения олимпийского огня

1. Что является итогом успешного выполнения испытаний комплекса ГТО на каждой ступени?

а) золотая медаль

б) звание мастера спорта Российской Федерации

в) оценка «отлично» по предмету «Физическая культура» в учебном году г) золотой знак

1. Как называется гимнастическое положение, представленное на рисунке?

а) полуприсед

б) присед

в) сед

г) упор присев

1. Как называется положение занимающегося на снаряде, когда его плечи находятся ниже точки опоры?

а) вис

б) упор

в) сед

г) присед

1. Махи с максимальной амплитудой используют для увеличения показателей

а) выносливости

б) силы

в) гибкости

г) быстроты

1. Выполнение строевых команд на уроке физической культуры следует

а) после разминки

б) перед разминкой

в) перед построением

г) перед игровыми упражнениями

1. Какие физические упражнения преимущественно используют при воспитании ловкости?

а) бег на короткие дистанции

б) подтягивания

в) челночный бег

г) прыжок в длину

1. В каком году впервые был введён комплекс ГТО?

а) в 1930 году

б) в 1931 году

в) в 1932 году

г) в 1934 году

1. Какой порядковый номер соответствует Олимпийским зимним играм, проходившим в нашей стране?

а) 12

б) 20

в) 22

г) 32

1. Какой технический приём в баскетболе нельзя выполнять двумя руками?

а) ловля

б) бросок

в) передача

г) ведение

1. Колёсное транспортное средство, приводимое в движение мускульной силой человека через ножные педали, – это \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.
2. Вид спорта, представляющий собой комбинацию из лыжной гонки и стрельбы из винтовки, – \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

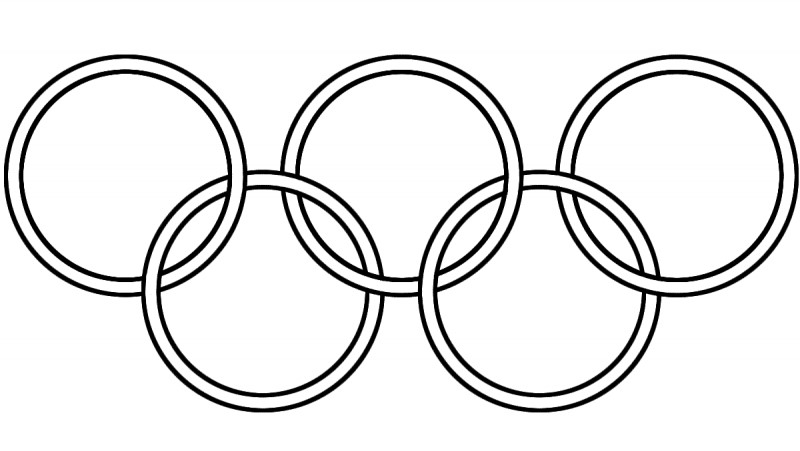
1. Сопоставьте спортсменов с видами спорта.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Никита Нагорный |  | футбол |
| Александра Трусова | фигурное катание |
| Евгений Рылов | лыжные гонки |
| Артём Дзюба | лёгкая атлетика |
| Александр Овечкин | художественная гимнастика |
| Александр Большунов | спортивная гимнастика |
| Елена Исинбаева | плавание |
| Дина Аверина | хоккей |

1. Установите соответствие между видом спорта и используемыми коньками.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | фигурное катание |
|  | хоккей |
|  | конькобежный спорт |

1. Олимпийский символ символизирует деятельность Олимпийского движения, союз пяти континентов и встречу спортсменов всего мира на Олимпийских играх. Определите цвета олимпийских колец. Сопоставьте цвета с номерами колец.



!

1

2

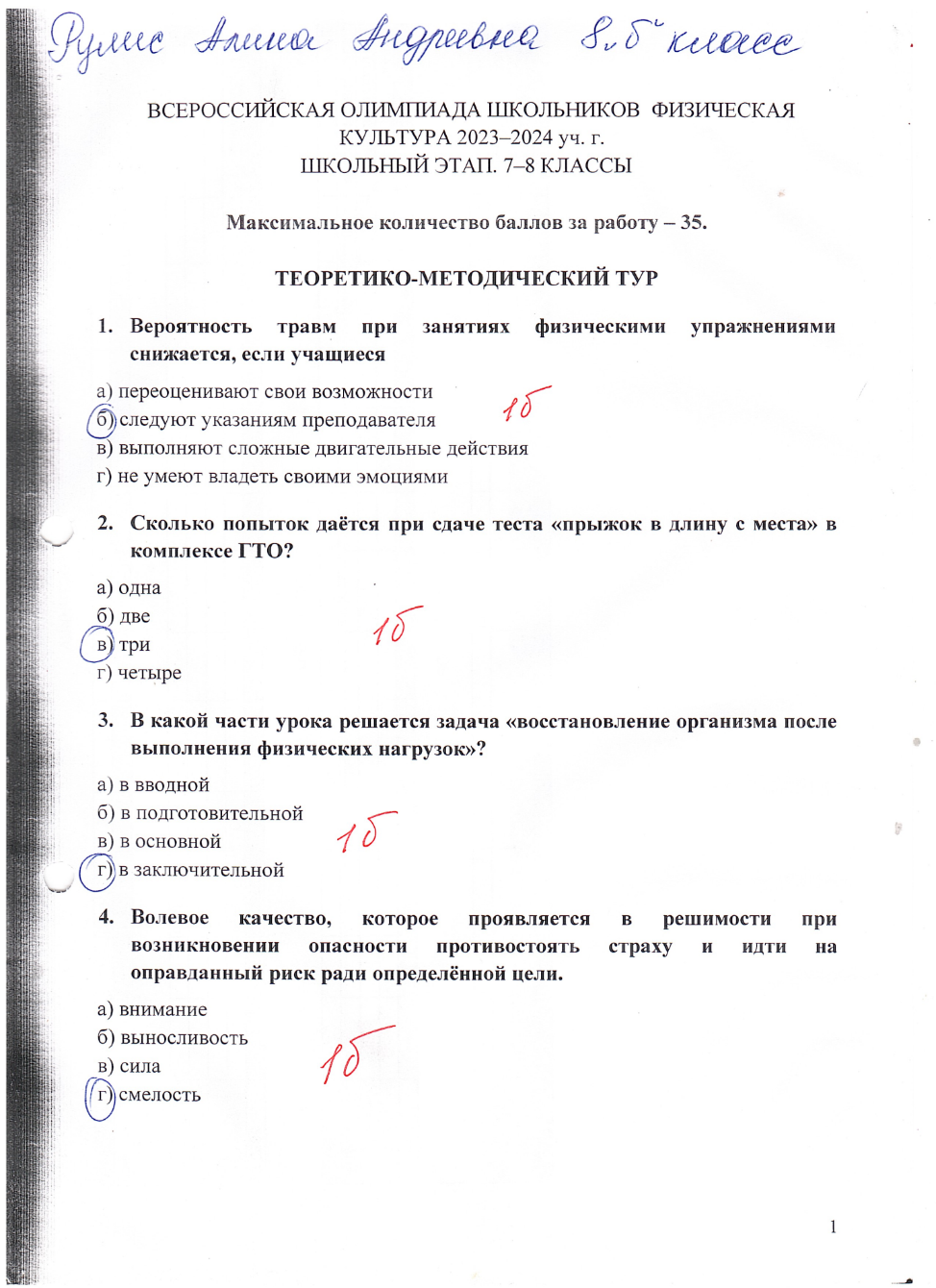
3

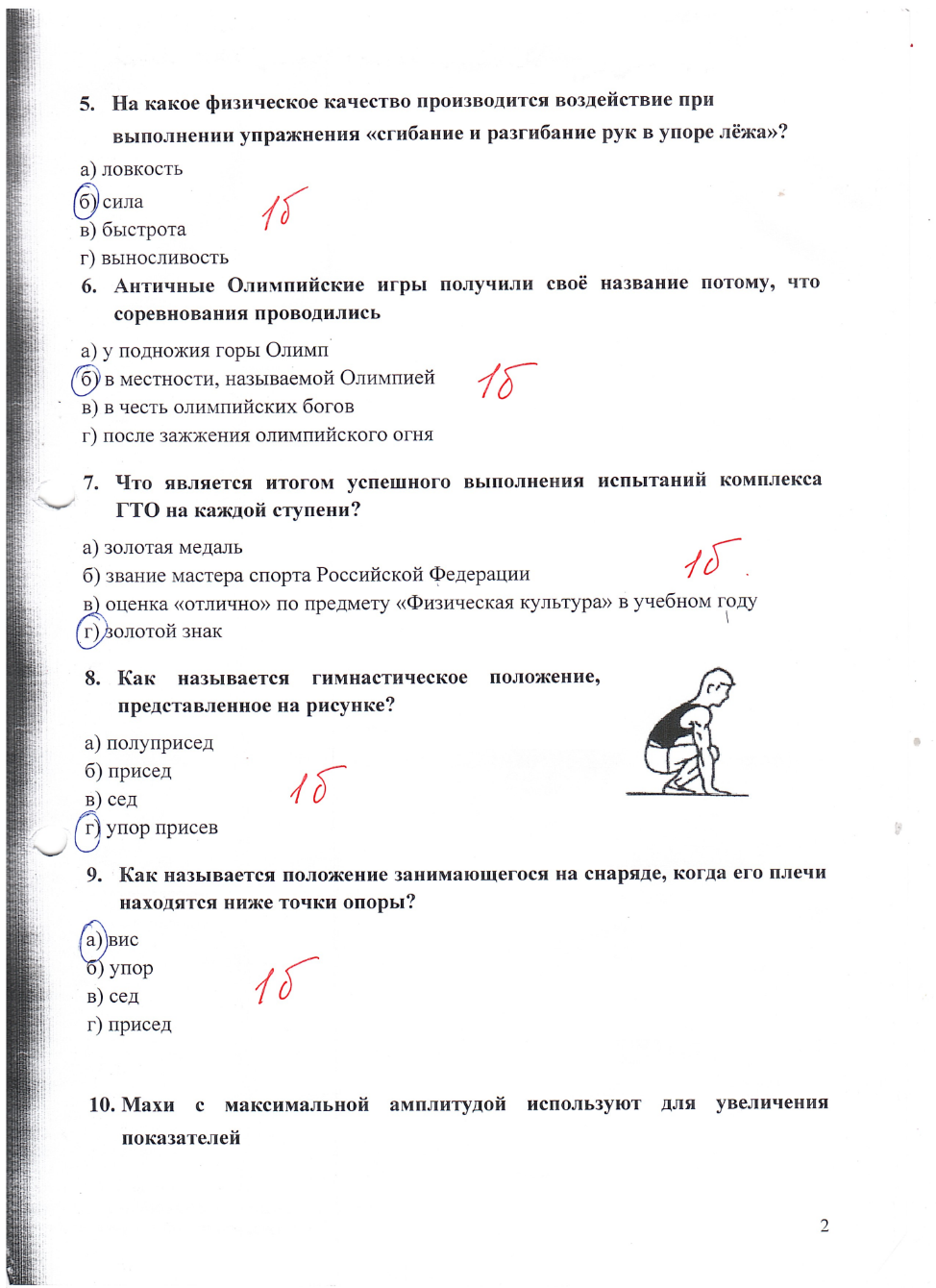
4

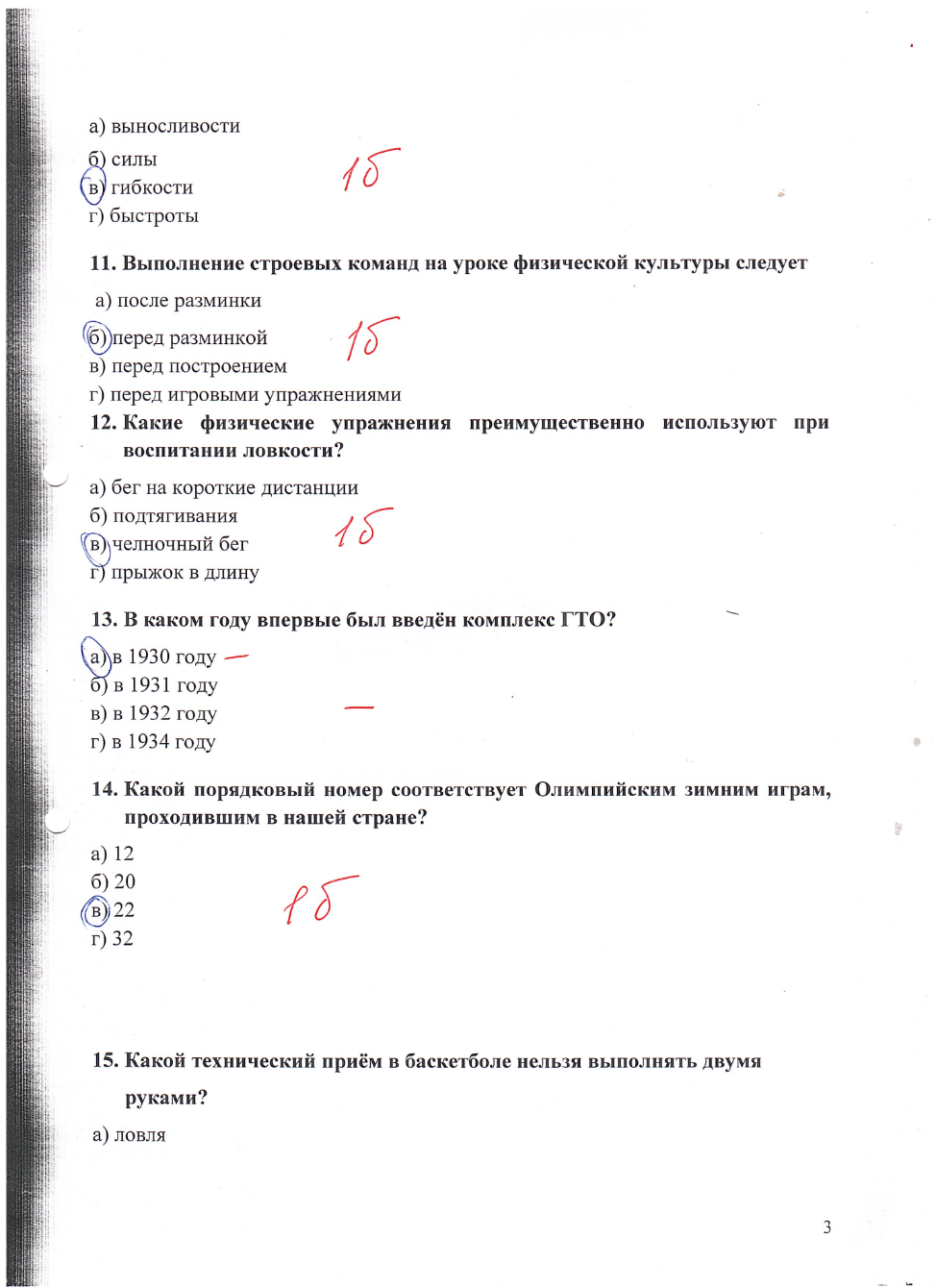
5

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1 |  | Чёрный |
| 2 | Красный |
| 3 | Жёлтый |
| 4 | Синий |
| 5 | Зелёный |

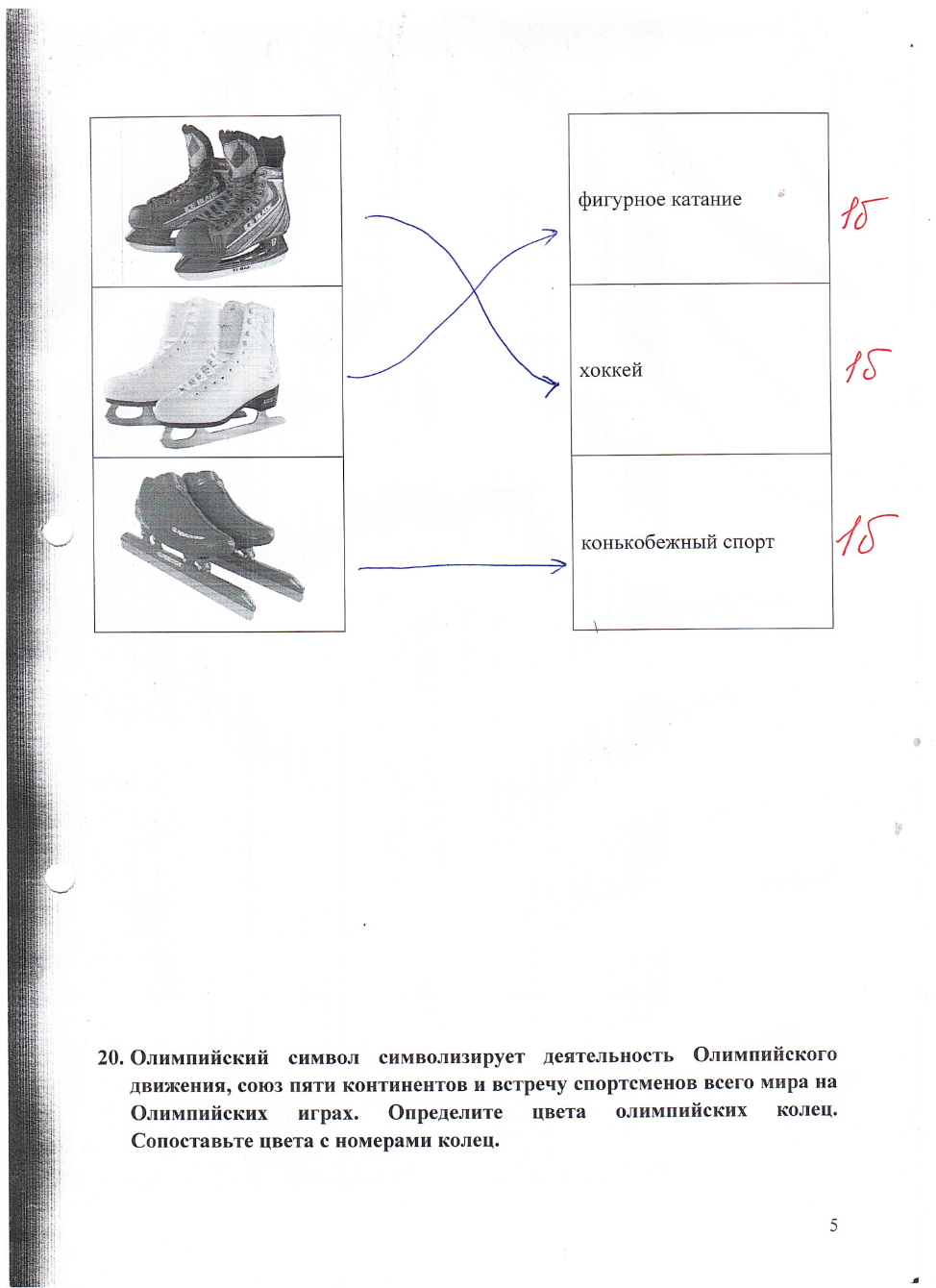
Максимальное количество баллов за работу – 35.











ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА 2023–2024 уч. г.

ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП. 9–11 КЛАССЫ

Максимальное количество баллов за работу – 42.

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР

1. 24 июня 2019 года МОК на 134-й сессии объявил о том, что

XXV Олимпийские зимние игры 2026 года пройдут в городах

а) Милан и Кортина-д’Ампецо

б) Стокгольм и Оре

в) Лос-Анджелес и Солт-Лейк-Сити

г) Солт-Лейк-Сити и Бостон

1. Закаливающие процедуры рекомендуется начинать с закаливания

а) водой

б) солнцем

в) воздухом

г) холодом

1. Какой старт используется в беге на длинные дистанции? а) высокий

б) средний

в) низкий

г) любой

1. К циклическим видам спорта относятся:

а) дзюдо, бокс, фехтование

б) хоккей, волейбол, футбол

в) плавание, лыжные гонки

г) сёрфинг, скейтбординг

1. При каких условиях восстановление после продолжительного бега будет более эффективным?

а) в положении сидя

б) в положении стоя

в) в ходьбе

г) в положении лёжа

1. В каком году было принято решение о введении комплекса ГТО в Российской Федерации?

а) в 2008 году

б) в 2014 году

в) в 2018 году

г) в 2020 году

1. Вид спорта, состоящий из непрерывного последовательного прохождения трёх этапов: плавания, велогонки и бега.

а) акватлон

б) дуатлон

в) триатлон

г) пентатлон

1. Вид спортивного и прикладного единоборства, разработанный в СССР в 1920–1930 годы.

а) дзюдо

б) самбо

в) карате

г) ушу

1. В какой дисциплине соревновались на I Олимпийских играх Древней Греции?

а) гонки на колесницах

б) бег на 1 стадий

в) панкратион

г) пентатлон

1. Какое контрольное упражнение НЕ используется при сдаче норм ГТО?

а) прыжок в длину с места

б) рывок гири

в) толкание ядра

г) бег на дистанцию 100 м

1. Как называется гимнастическое положение, представленное на рисунке? а) стойка на лопатках

б) стойка на руках и голове

в) стойка на предплечьях

г) стойка на руках

1. Комплекс физических упражнений (обще подготовительных и специальных), выполняемых перед тренировочными занятиями или соревнованиями с целью подготовки организма к выполнению предстоящих упражнений, – это \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.
2. Совокупность приёмов механического и рефлекторного воздействия на ткани и органы, проводимых непосредственно на поверхности тела человека, – это \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.
3. В каком году прошли последние Игры Олимпиады? Ответ: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. 15. Результат спортсмена в беге на 3000 метров составил 10 мин. Рассчитайте среднюю скорость спортсмена по дистанции. *Ответ представьте в метрах в секунду.*

Ответ: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

1. В каком году до н.э. проводились II Олимпийские игры Древней Греции? Ответ: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.
2. Установите принадлежность летних видов спорта к олимпийской или неолимпийской программе.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Олимпийские виды спорта |  | хоккей с мячом |
| триатлон |
| сёрфинг |
| спортивные танцы |
| Неолимпийские виды спорта | софтбол |
| городки |
| хоккей на траве |
| борьба на поясах |

1. Установите соответствие между органическими веществами и их категориями.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| витамины |  | липиды |
| белки | кальций |
| углеводы | аскорбиновая кислота |
| жиры | протеины |
| минеральные вещества | глюкоза |

1. Установите соответствие между годами и странами проведения игр Олимпиад XXI века.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 2000 год |  | Греция |
| 2004 год | Китай |
| 2008 год | Австралия |
| 2012 год | Бразилия |
| 2016 год | Англия |

1. В какой последовательности выполняются действия на занятии по баскетболу?

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ходьба, медленный бег |  | 1 |
| учебная игра в баскетбол | 2 |
| комплекс общеразвивающих упражнений | 3 |
| дыхательные упражнения | 4 |
| отработка ведения мяча, передач, броска в кольцо | 5 |
| комплекс специальных беговых упражнений | 6 |

Максимальное количество баллов за работу – 42.

