**Теоретико-методические задания школьного этапа Всероссийской олимпиады**

**по физической культуре для обучающихся 9 –11классов**

**в 2017 – 2018 учебном году**

***Задания в закрытой форме***

**1. В системе знаний по физкультурно-спортивной деятельности социально-психологические основы содержат информацию о:**

А – биомеханике движений;

Б – физическом развитии;

В – физических упражнениях;

Г – физической подготовке.

**2. В чём заключается основной смысл физической культуры как компонента культуры общества:**

А – в укреплении здоровья и воспитании физических качеств людей;

Б – в обучении двигательным действиям и повышении работоспособности;

В – в совершенствовании природных, физических свойств человека;

Г – в создании специфических духовных ценностей?

**3. Базовая физическая культура преимущественно ориентирована на обеспечение:**

А – развития резервных возможностей организма человека;

Б - физической подготовленности человека к жизни;

В – сохранения и восстановления здоровья;

Г – подготовки к профессиональной деятельности.

**4. Что не является предметом обучения в физическом воспитании:**

А – знания в области ФК;

Б – правила по технике безопасности;

В – физические качества;

Г – техника двигательных действий?

**5. Регулярные занятия физическими упражнениями способствуют повышению работоспособности, потому что:**

А – во время занятий выполняются двигательные действия, способствующие развитию силы и выносливости;

Б – достигаемое при этом утомление активизирует процессы восстановления и адаптации;

В – в результате повышается эффективность и экономичность дыхания и кровообращения;

Г – человек, занимающийся физическими упражнениями, способен выполнить больший объём физической работы за отведенный отрезок времени.

**6. Выполнение силовых упражнений с умеренным отягощением (50 – 60% от максимального) и предельным количеством повторений способствует…**

А – увеличению абсолютной силы;

Б – росту мышечной массы;

В – увеличению относительной силы;

Г – росту взрывной силы.

**Отметьте все позиции.**

**7. Какое из предложенных определений сформулировано некорректно:**

А – быстрота является качеством, от которого зависят скоростные характеристики движений;

Б – скорость передвижения в пространстве зависит от быстроты двигательной реакции;

В – сила проявляется в способности преодолевать сопротивление посредством мышечных напряжений;

Г – все предложенные определения сформулированы корректно?

**8. Формирование двигательных умений является одним из этапов процесса освоения двигательных действий. Что является его отличительным признаком:**

А – участие автоматизмов при осуществлении операций;

Б – стереотипность параметров действия;

В – высокая вариативность параметров и результатов действия;

Г – высокая скорость выполнения двигательного действия.

**9. Это изречение: « О спорт, ты - мир» принадлежит:**

А – советскому телеведущему Н. Озерову;

Б – президенту США Рузвельту;

В – Пьеру де Кубертену;

Г – епископу собора Святого Петра.

**10. В каком году впервые Олимпийские игры были проведены в Азии:**

А – в 1960 г.;

Б – в 1964 г.;

В – в 1968 г.;

Г – в 2008 г.?

**11. 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.?

**12. Какую роль в жизни нашей страны сыграл комплекс «Готов к труду и обороне СССР»:**

А – способствовал активизации физкультурно-спортивной работы среди населения;

Б – повышал патриотический и трудовой энтузиазм советского народа;

В – был важной мерой в оздоровлении населения;

Г – мешал созданию массовой базы спорта?

**13. ВФСК – это….**

А - всероссийская физическая спортивная культура готов к труду и обороне;

Б - всемирная федерация спортивной культуры готов к труду и обороне;

В – высший физкультурно-спортивный комплекс готов к труду и обороне;

Г – всероссийский физкультурно-спортивный комплекс готов к труду и обороне.

**14. Что означает милитаризация спорта:**

А – это участие военных в олимпийских играх;

Б – это развитие видов спорта, связанных с войной;

В – это использование спортивных организаций в военных целях;

Г – это демонстрация превосходства одной расы над другой с помощью спорта?

**15. При выполнении норм ГТО 5 ступени бег на 100 м является обязательным видом испытаний. Укажите строчку, в которой норматив соответствует «золотому», «серебряному», «бронзовому» знакам у девушек и юношей:**

А – юноши – 13,8; 14,3; 14,6; девушки – 16,3; 17,6; 18,0;

Б – юноши – 13,9; 14,4; 14,7; девушки – 16,4; 17,7; 18,1;

В – юноши – 13,7; 14,2; 14,5; девушки – 16,2; 17,5; 17,9;

Г – юноши – 14,0; 14,5; 14,8; девушки – 16,5; 17,8; 18,2.

**16. В комиссию спортсменов для РФ при Международном олимпийском комитете в 2016 году была избрана::**

А – Елена Исимбаева; Б – Лариса Лазутина; В – Ирина Роднина; Г – Светлана Журова.

**17. В каких видах спорта из приведенного перечня соревновались женщины во время первых зимних олимпийских игр….**

А – лыжные гонки;

Б – конькобежный спорт;

В – фигурное катание;

Г – биатлон?

**18. Какое следует наказание, если вратарь, находясь в пределах штрафной площадки, касается мяча руками за её пределами….**

А – угловой удар;

Б – свободный удар;

В – штрафной удар;

Г – 11-метровый удар?

***Задания в открытой форме***

**19.** Смягчение толчков, усилий, не совпадающих с направление его движения, за счёт рессорных свойств опорно-двигательного аппарата (упруго-вязких свойств мышц) называется ……….

**20.** Преимущество в условиях состязания, предоставляемое более слабому сопернику с целью уравнивания шансов на успех, обозначается как ………..

**21.** Педагогический процесс освоения способов управления движениями, обозначается как …

**22.** Процесс морфофункциональных, физиологических и биохимических преобразований, которые последовательно проходит организм в течение всей жизни, от его рождения и до конца жизни, называется………….

**23.** Согласованная деятельность игроков в командных видах спорта, подчиненные единой для всей команды цели, оказание игрокам друг другу помощи, повышающей эффективность атаки или обороны, обозначается как……..

***Задания на соотнесение понятий и определений (задания «на соответствие»)***

**24.** Сопоставьте понятия, используемые в теории и методике физической культуры, с их характеристиками, запишите соответствие цифрами.

|  |  |
| --- | --- |
| **Понятия** | **Характеристики** |
| А - Физическое развитие | 1 – Биологический процесс |
| Б - Физическое воспитание | 2 – Педагогический процесс |
| В - Физическая подготовка | 3 - Состояние |
| Г - Физическое совершенство |  |

**25.** Установите соответствие название термина с его содержанием, запишите соответствие цифрами.

|  |  |
| --- | --- |
| **Содержание** | **Название термина** |
| А – Комплекс различных проявлений человека в определенной двигательной деятельности, в основе которых лежит понятие «сила» | 1 – Силовые способности |
| Б – Способность противостоять утомлению, вызываемому относительно продолжительными мышечными напряжениями значительной величины | 2 – Силовая выносливость |
| В – Способность точно дифференцировать мышечные усилия различной величины и условиях непредвиденных ситуаций и смешанных режимов работы мышц | 3 – Силовая ловкость |

**26.** Сопоставьте название игры с количеством таймов (периодов) и их продолжительностью.

|  |  |
| --- | --- |
| **Вид спорта** | **Время игры** |
| А – футзал | 1 – 3 периода по 20 минут |
| Б – хоккей | 2 – 2 тайма по 45 минут |
| В – гандбол | 3 – 2 тайма по 20 минут |
| Г – хоккей с мячом | 4 – 2 тайма по 30 минут |

***Задания процессуального или алгоритмического толка.***

**27.** Укажите целесообразную последовательность стимулирования факторов (возможностей), обусловливающих выносливость в ходе одного урока физической культуры.

**Ответ:**

1 **–** аэробные возможности ;

2 – анаэробно-гликолитические возможности ;

3 – алактатные возможности.

***Задания, связанные с перечислением***

**28.** Перечислите виды женского гимнастического многоборья.

**29.** Перечислите известные вам элементарные формы проявления быстроты.

***Задания с графическими изображениями двигательных действий (пиктограммы).***

**30.** В акробатике существуют основные разновидности акробатических стоек. Впишите название каждой акробатической стойки:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| А |  |  |
| Б |  |  |
| В |  |  |
| Г |  |  |
| Д |  |  |
| Е |  |  |