

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ

ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ 2013/2014. ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП. 9-11 КЛАССЫ.

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ 9-11 классы

Инструкция по выполнению задания.

Уважаемый участник! Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к минимуму знаний выпускников средней (полной) школы по предмету «Физическая культура».

Задания представлены в форме незавершенных утверждений, которые при завершении могут оказаться либо истинными, либо ложными.

Утверждения представлены в:

- закрытой форме, то есть с предложенными вариантами завершения. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильное завершение из 4 предложенных вариантов. Среди них содержатся как правильные, так и неправильные завершения, а также частично соответствующие смыслу утверждения. Правильным является только одно – то, которое наиболее полно соответствует смыслу утверждения. Выбранные варианты отмечаются зачеркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в» или «г»;
- открытой форме, то есть без предложенных вариантов завершения. При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать слово, которое, завершая утверждение, образует истинное высказывание. Подбранное слово вписывается в соответствующую графу бланка ответов;
- форме, предполагающей установление порядка известных Вам направлений, систем, характеристик, показателей, размеров. Записи выполняются в бланк ответов.

Записи должны быть разборчивыми.

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте незнакомые задания вместо их выполнения путем догадки. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии можно вернуться к пропущенному заданию.

Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов. Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ. Заполните анкету в бланке ответов: напишите свою фамилию, имя, отчество и класс, в котором Вы учитесь.

Желаем успеха!

ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

1. Олимпийские игры состоят из ...

А	Соревнований между странами
Б	Соревнований по летним и зимним видам спорта
В	Игр Олимпиады и зимних олимпийских игр
Г	Открытия, награждения участников и закрытия

2. В соответствии с Олимпийской хартией на Олимпийских играх страну представляет ...

А	Правительство страны.
Б	Национальный олимпийский комитет
В	Министерство спорта и туризма и молодежной политики
Г	Национальные спортивные федерации

3. С 1994 года Зимние Олимпийские игры проводятся...

А	В зависимости от решения Международного олимпийского комитета
Б	Как дополнительные к летним олимпийским играм
В	Для рейтинговой оценки квалификации спортсменов
Г	Со сдвигом в 2 года от летних Олимпийских игр

4. Пять олимпийских колец символизируют...

А	Пять принципов олимпийского движения
Б	Основные цвета флагов стран-участниц Игр Олимпиады
В	Союз континентов и встречу спортсменов на Олимпийских играх
Г	Пять основных видов спорта, входящих в состав Древних олимпийских игр

5. Слово "атлетика" в переводе с греческого означает...

А	Борьба
Б	Бег
В	Метание
Г	Прыжки

6. В Древней Греции пятиборье называлось...

А	Апноэ
Б	Блицспринт
В	Панкратион
Г	Пентатлон

7. В футболе иностранного игрока клубной команды называют...

А	Страйкер
Б	Легионер
В	Буер
Г	Трейсер

8. Результатом выполнения упражнений с отягощением является...

А	Увеличение объёма латеральных мышц
Б	Повышение уровня функциональных возможностей организма
В	Опорно-двигательного аппарата
Г	Рост абсолютной силы

9. При физической нагрузке боли в мышцах, вызванные накоплением в них токсинов (молочной кислоты), называют...

А	Крепатура
Б	Метаболизм
В	Патогенез
Г	Актин

10. Резкое кратковременное увеличение темпа движения как тактический прием в скоростных видах спорта (бег, гребля, велогонка и др.) называют ...

А	Синтагм
Б	Спурт
В	Модерато
Г	Драйв

11. Правила баскетбола при ничейном счете в основное время предусматривают дополнительный период продолжительностью...

А	3 минуты
Б	5 минут
В	7 минут
Г	10 минут

12. В пляжном волейболе партия продолжается до...

А	12 очков
Б	15 очков
В	21 очка
Г	25 очков

13. Прощтрафившейся команде футболистов судья назначает...

А	Штрафной удар
Б	Штрафные санкции
В	Красную карточку
Г	Штрафное очко

14. Волейболист, пасующий мяч партнерам и выбирающий для них направление атаки обозначается как...

А	Ведущий
Б	Принимающий
В	Атакующий
Г	Разводящий

15. Гигиенические факторы, естественные силы природы и физические упражнения относятся к категории...

А	Задач физического воспитания
Б	Средств физического воспитания
В	Принципов физического воспитания
Г	Форм физического воспитания

16. Искривление позвоночника в правую или левую сторону называют...

А	Кифоз
Б	Сколиоз
В	Спондилез
Г	Остеопороз

17. Укажите последовательно, от каких факторов, прежде всего, зависит здоровье человека:

- 1. Деятельность учреждений здравоохранения.**
- 2. Наследственности.**
- 3. Состояние окружающей среды.**
- 4. Условия и образ жизни.**

А	1, 2, 3, 4;
Б	2, 4, 1, 3;
В	4, 3, 2, 1;
Г	3, 1, 4, 2.

18. Как дозируются упражнения на «гибкость», т.е., сколько движений следует делать в одной серии? Упражнения на гибкость выполняются ...

А	по 8-16 циклов движений в серии
Б	пока не начнет увеличиваться амплитуда движений
В	до появления болевых ощущений
Г	по 10 циклов в 4 серии

19. Кто выступил с предложением возродить Олимпийские игры?

А	Жан Жак Руссо;
Б	Хуан Антонио Самаранч
В	Пьер де Кубертен
Г	Ян Амос Каменский

20. Что такое адаптация?

А	процесс приспособления организма к меняющимся условиям внешней среды
Б	чередование нагрузки и отдыха во время тренировочного процесса
В	процесс восстановления
Г	система повышения эффективности функционирования системы соревнований и системы тренировки

21. Каковы нормальные показатели пульса здорового взрослого нетренированного человека в покое?

А	60-80
Б	70-90
В	75-85
Г	50-70.

Отвечая на вопросы 22-25, необходимо самостоятельно подобрать слово, которое, завершая утверждение образует истинное высказывание. Подбранное слово впишите в бланке заданий.

22. Прыжок со снаряда в гимнастике обозначается как

23. Временное снижение работоспособности принято называть

24. Положение занимающегося на снаряде, когда его плечи находятся выше точки опоры называется

25. Положение занимающегося, при котором согнутые в коленях ноги подтянуты руками к груди и кисти захватывают колени, в гимнастике обозначается как

Таблица к выполнению заданий:

Номер вопроса	ответ	Номер вопроса	ответ
1.		11.	
2.		12.	
3.		13.	
4.		14.	
5.		15.	
6.		16.	
7.		17.	
8.		18.	
9.		19.	
10.		20.	
		21.	

Номер вопроса	ответ
22.	
23.	
24.	
25.	