

**ТЕКСТЫ ОЛИМПИАДНЫХ ЗАДАНИЙ  
ДЛЯ РЕГИОНАЛЬНОГО ЭТАПА  
ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ  
ШКОЛЬНИКОВ ПО ПРЕДМЕТУ  
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»  
В 2021-2022 УЧЕБНОМ ГОДУ**

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ**

# 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

## Инструкция по выполнению задания

Вам предлагаются задания, основанные на содержании образовательных программ основного общего и среднего общего образования углубленного уровня по предмету «Физическая культура».

Задания объединены в 6 групп:

**1. Задания в закрытой форме №№ 1-9**, то есть с предложенными вариантами ответов.

Задания № 1-9 представлены в форме незавершенных утверждений, которые при завершении могут оказаться либо истинными, либо ложными. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильное завершение из предложенных вариантов. Правильным является то, которое наиболее полно соответствует смыслу утверждения. Ряд заданий оценивается, если отмечены все зачетные варианты. Это условие указано в задании («Отметьте все позиции»). Выбранные варианты отмечаются зачеркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в» или «г», например:

1  а  б  в  г или 2  а  б  в  г

При выполнении заданий № 8-9 ответ цифрами необходимо записать в бланк ответов.

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

**2. Задания с выбором правильной последовательности №№ 10-11.**

**3. Задания в открытой форме №№ 12-17**, то есть без предложенных вариантов ответов. При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать определения (слова), которое, завершая высказывание, образует

истинное утверждение. Подобранные определения вписывайте в соответствующую графу бланка ответов. Записи должны быть разборчивыми.

**4. Задания на установление соответствия №№ 18-21.** При выполнении этих заданий необходимо установить соответствие между позициями двух представленных списков.

**5. Задание № 22 на выбор верных позиций.**

**6. Задание-задача № 23.**

При выполнении заданий разрешается использовать черновик. Записи, выполненные на черновике, не оцениваются.

Контролируйте время выполнения задания. Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов.

**Время выполнения заданий – 45 минут.**

*Слова, написанные с ошибками, оцениваются как неверный ответ.*

*Исправления и зачеркивания оцениваются как неверный ответ.*

## Задания в закрытой форме

**1. Назовите имя панды – официального талисмана XXIV зимних Олимпийских игр.**

- а. Бин Дуньдунь;
- б. Ин-ин;
- в. Сомэйти;
- г. Сюэ Жунжун.

**2. Рекордсменом по количеству золотых олимпийских медалей является...**

- а. Майкл Фелпс;
- б. Марит Бьёрген;
- в. Уле-Эйнар Бьёрндален;
- г. Усэйн Болт.

**3. Метод определения общей плотности урока называется...**

- а. актография;
- б. динамометрия;
- в. хронометраж;
- г. хронорефлексометрия.

**4. Укажите гемодинамические характеристики, которые тесно связаны с работой сердца: ...**

- а. артериальное давление, максимальное потребление кислорода;
- б. жизненная емкость легких, частота сердечных сокращений;
- в. систолическое давление, диастолическое давление, PWC170;
- г. ударный и минутный объем крови, кровяное давление.

**5. В зависимости от особенностей энергетического обеспечения, физические упражнения делятся на ...**

- а. аэробные и анаэробные;
- б. координационные и скоростно-силовые;
- в. силовые и скоростные;
- г. циклические и ациклические.

**6. Продолжительность работы большой мощности составляет до ...**

- а. 20-30 секунд;
- б. 3-5 минут;
- в. 20-30 минут;
- г. нескольких часов.

**7. Совокупность звеньев и черт структуры движения, необходимая для решения поставленных задач называется ...**

- а. главное звено техники;
- б. детали техники;
- в. основа техники;
- г. техника двигательного действия.

8. Укажите элементарные формы быстроты, проявляющиеся во время первой фазы бега на короткие дистанции. Отметьте все позиции.

- а. время двигательной реакции
- б. выполнение целостного двигательного акта
- в. скорость одиночного движения
- г. частота движений.

9. Спортивными званиями в Российской Федерации согласно единой всероссийской спортивной классификации являются... Отметьте все позиции.

- а. гроссмейстер России;
- б. кандидат в мастера спорта;
- в. мастер спорта России;
- г. перворазрядник.

### Задания с выбором правильной последовательности

10. Укажите очередность проведения дисциплин современного пятиборья...

- 1. верховая езда (конкур)
- 2. фехтование
- 3. плавание
- 4. комбайн (стрельба и бег)

11. Укажите порядок выхода указанных стран-участниц на церемонии открытия XXII Олимпийских зимних игр.

- 1. Австралия;
- 2. Греция;
- 3. Китай;
- 4. Россия.

### Задания в открытой форме

12. Определите виды спорта по клюшкам, которые в них используются. Ответ словами напишите напротив соответствующей буквы.

					
А	Б	В	Г	Д	Е

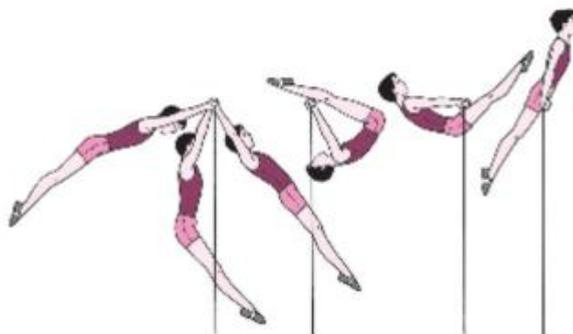
13. Вставьте пропущенные слова, чтобы получилось верное определение.  
 Физические (1) ... – это такие двигательные (2) ... (включая их совокупности),  
 которые направлены на реализацию (3) ... физического (4) ... , сформированы  
 и организованы по его (5) ...

14. Небольшое подпрыгивание на месте или с продвижением называется...

15. Назовите вид спортивного оружия российской фехтовальщицы,  
 олимпийской чемпионки 2016 и 2020 гг. Софьи Великой.

16. Назовите фамилию, имя, отчество композитора автора музыкального  
 произведения – гимна Олимпийского комитета России на Олимпийских играх  
 в Токио-2020.

17. Из предложенных слов и терминов составьте в соответствии с  
 гимнастической терминологией описание представленного на рисунке  
 упражнения. Обратите внимание, что даны лишние слова. Ответ цифрами  
 запишите в бланк ответов (например, 1 2 3 4 6).



1 вис

2 в стойку

3 из

4 переворот

5 подъем

6 прогнувшись

7 разгибом

8 размахивания

9 рук

10 с помощью

11 углом,

12 упор

### Задания на установление соответствия

18. Установите соответствие между типологической группой вида спорта,  
 его названием и обозначающей его пиктограммой. Ответ разборчиво  
 запишите в таблицу.

Игровые	Многоборье	Скоростно-силовые	Сложно-координационные	Спортивные единоборства	Циклические
					

**19. Установите соответствие между именем олимпийского чемпиона в Токио 2020 года и видом спорта. Запишите соответствие между буквами (имя Олимпийского чемпиона) и цифрами (вид спорта).**

Олимпийские чемпионы (Токио 2020)	Вид спорта
А. Андрей Рублев	1. Греко-римская борьба
Б. Владислав Ларин	2. Пулевая стрельба
В. Евгений Рылов	3. Вольная борьба
Г. София Позднякова	4. Легкая атлетика
Д. Виталина Бацарашкина	5. Синхронное плавание
Е. Муса Евлоев	6. Бокс
Ж. Светлана Ромашина	7. Спортивная гимнастика
З. Заур Угуев	8. Тхэквондо
И. Мария Ласицкене	9. Фехтование
К. Денис Аблязин	10. Теннис
Л. Лилия Ахаимова	11. Плавание

**20. Установите соответствие между названием метода физического воспитания и его содержанием. Ответ буквами запишите в бланк ответов.**

Методы физического воспитания		Содержание	
1.	Игровой метод	А	Выполнение целостного упражнения
2.	Наглядный метод	Б	Контрольная тренировка
3.	Словесный метод	В	Объяснение
4.	Соревновательный метод	Г	Повторный
5.	Метод строго регламентированного упражнения для воспитания физических качеств	Д	Подвижные игры
6.	Метод строго регламентированного упражнения для обучения двигательному действию	Е	Показ

**21. Из предложенного списка видов спорта и игровых амплуа спортсменов распределите их в соответствии с видом спорта. Обратите внимание, что слово может использоваться один раз. Ответ запишите в таблицу в бланке ответов.**

*баскетбол*

*блокирующий*

*волейбол*

*гандбол*

*диагональный,*

*доигровщик,*

*кёрлинг*

*либеро*

*линейный,*

*нападающий*

*полузащитник*

*полусредний,*

*разыгрывающий защитник*

*скип*

*футбол*

*центральной*

### Задание на выбор верных позиций

22. Распределите двигательные действия из общего списка на две группы так, чтобы первую группу составили действия, обеспечивающие перемещение собственного тела или его частей, а вторую группу – перемещение постороннего тела. Заполните таблицу.

#### Двигательные действия:

бросок	гребок рукой	жим	отталкивание
передача	перемах	приведение	сгибание
скачок	удар		

### Задание-задача

23. Для выполнения норматива Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) на золотой знак девушки 16-17 лет должны пробежать дистанцию 2000 м за 9 минут 50 секунд.

Рассчитайте до сотых долей секунды, за какое время в среднем необходимо пробежать каждые 100 м дистанции чтобы выполнить этот норматив. Решение запишите в бланк ответов.

*Вы выполнили задание.*

*Поздравляем!*