

Всероссийской олимпиады по физической культуре 9-11 классы

Инструкция по выполнению заданий

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к уровню знаний учащихся общеобразовательных школ по предмету «Физическая культура». Задания представлены в закрытой форме, то есть с предложенными вариантами ответов. Выбранные варианты отмечаются, зачеркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в» или «г». 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. Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 1 балл. Время выполнения заданий – 45 минут. Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов. Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ. Заполните анкету в бланке ответов: напишите свою фамилию, имя, отчество, класс, который Вы представляете.

Инструкция к тесту мне...

а. Понятна. б. Понятна отчасти. в. Понятна не полностью. г. Не понятна.

Желаем успеха!

Олимпиадные задания для учащихся 9 - 11 классов

1. Специальные награды вручаются за спортивные успехи на Олимпийских играх. Среди них, прежде всего, медали и дипломы. Каков вес медали олимпийских чемпионов на XXX летних Олимпийских играх, проходивших в Лондоне?

- 1) 100 грамм 2) 200 грамм 3) 300 грамм 4) 400 грамм

2. В июле 2007 года в Гватемале на сессии Международного олимпийского комитета (МОК) было принято решение о проведении юношеских Олимпийских игр (ЮОИ). В каком году были проведены I зимние Юношеские Олимпийские игры?

- 1) 2007 год 2) 2008 год 3) 2010 год 4) 2012 год

3. Спортивные игры – это физические упражнения переменной интенсивности, сочетающие быструю ориентировку и своевременную реакцию игроков на постоянно изменяющуюся обстановку. В какой спортивной игре на площадке находятся две команды по 5 человек?

- 1) футбол 2) волейбол 3) хоккей 4) баскетбол

4. Беговые виды лёгкой атлетики объединяют в себя несколько видов стадионных дисциплин. Как называется совокупность легкоатлетических дисциплин, где спортсмены соревнуются в беге на короткие дистанции по стадиону?

- 1) спринт 2) бег на средние дистанции 3) барьерный бег
4) бег на длинные дистанции

5. Чем отличается техника бега на короткие дистанции от техники бега на средние и длинные дистанции?

- 1) наклоном головы 2) постановкой стопы на дорожку

3) углом отталкивания ногой от дорожки 4) работой рук

6. В каком году в нашей стране проводились летние Олимпийские игры?

- 15 1) 1980 2) 1961 3) 1953 4) 2002

7. Как называется технический приём в волейболе, с помощью которого мяч вводится в игру?

- 15 1) бросок 2) подача 3) вброс 4) блокирование

8. В баскетболе фол – это несоблюдение правил вследствие персонального контакта с соперником. При каком количестве фолов игрок должен быть удалён из игры по правилам баскетбола?

- 15 1) 5 2) 7 3) 1 5) 3

9. Что является основной формой подготовки спортсмена?

- 15 1) бег 2) утренняя гимнастика 3) тренировка 4) самостоятельные занятия

10. Кто является основоположником отечественной системы физического воспитания ?

- 05 1) М.В. Ломоносов 2) А. Овечкин 3) П.Ф. Лесгафт 4) М. Джордан

11. Как звучит девиз Олимпийских игр?

- 05 1) «Спорт, здоровье, радость» 2) «Дальше, выше, быстрее»
3) «Быстрее, выше, сильнее» 4) «Будь всегда первым»

12. Что означает цвет колец в олимпийской символике ?

- 15 1) вид спорта 2) страну, проводящую Олимпийские игры
 3) один из континентов, представляющих спортсменов на Олимпийских играх
4) ничего не означает

13. В каком году впервые Россия приняла участие в Олимпийских играх?

- 15 1) В 1900 г. в Париже 2) В 1962 г. в Лондоне
3) В 1924 г. в Париже 4) В 1908 г. в Лондоне

14. Из каких соревнований состоят Олимпийские игры?

- 05 1) Игры Олимпиады и Зимние Олимпийские игры
2) Соревнования между странами
 3) Соревнования по летним и зимним видам спорта
4) Открытие, награждение участников и закрытие

15. Каким упражнением проверить физическое качество – гибкость?

- 05 1) подтягивание в висе на перекладине
2) прыжки в длину с места
3) наклон вперед из положения сидя ноги врозь
4) кувырок вперед

16. В каком году был создан I Олимпийский комитет России ?

- 45 1) 1911 2) 1900 3) 1952 4) 1990

17. Что означает слово "атлетика" в переводе с греческого ?

- 05 1) прыжки 2) борьба 3) бег 4) метание

18. Как называют искривление позвоночника в правую или левую сторону ?

- 15 1) кифоз 2) спондилез 3) сколиоз 4) остеопороз

19. Когда лучше тренироваться, учитывая биологические ритмы?

- 05 1) с 5 до 9 часов 2) с 12 до 15 часов 3) с 16 до 19 часов 4) с 20 до 22 часов

20. Что, прежде всего, следует сделать при оказании первой помощи пострадавшему от ушиба какой-либо части тела о твердую поверхность?

- 15 1) охладить ушибленное место
2) приложить тепло на ушибленное место
3) наложить шину
4) обработать ушибленное место йодом

125
ПРАКТИКА - 735