

Код 1002
Класс 10

Теоретическое задание
Школьный этап Всероссийской Олимпиады школьников по предмету
«физическая культура»
для учащихся 9-11 классов.

1. Олимпийская хартия - это

- 0,5
- ☒ а) документ, устанавливающий празднование Олимпийских игр
 - б) название Оды, написанной Пьером де Кубертенем
 - в) концепция современного Олимпизма
 - г) правила соревнований, входящих в программу игр Олимпиады
- ✓

2. Первые Олимпийские игры современности состоялись:

- 1,5
- ☒ а) 1896 г
 - б) 1908 г
 - в) 1924 г
- ✓

3. ВФСК ГТО - это

- 1,5
- а) всероссийская физическая спортивная культура «готов к труду и обороне»
 - б) всемирная федерация спортивной культуры «готов к труду и обороне»
 - в) высший физкультурно-современный комплекс «готов к труду и обороне»
 - ☒ г) всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «готов к труду и обороне»
- ✓

4. В соответствии с состоянием здоровья, физическим развитием, уровнем физической подготовленности все школьники распределяются на следующие медицинские группы:

- 1,5
- а) слабую, среднюю, сильную
 - б) оздоровительную физкультурную, спортивную
 - ☒ в) основную, подготовительную, специальную
 - г) с отклонениями в состоянии здоровья и без отклонений
- ✓

5. Основная форма организации занятий физическими упражнениями в общеобразовательной школе:

- 1,5
- ☒ а) урок физической культуры
 - б) физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня
 - в) массовый спорт
 - г) занятия в спортивной секции
- ✓

6. Тактическая подготовка - это

- 0,5
- ☒ а) воспитание морально-волевых качеств
 - б) овладение рациональными формами ведения соревновательной борьбы
 - в) развитие двигательных качеств
 - г) овладение техникой

7. Первая помощь при ушибах заключается в том, что поврежденное место следует:

- 1,5
- ☒ а) охладить
 - б) постараться положить на возвышение и постараться обратиться к врачу
 - в) нагреть, наложить теплый компресс
- ✓

8. Укажите последовательность выполнения элементов техники метания гранаты:

- 1) предварительный разбег 2) держание гранаты, исходное положение
3) скрестный шаг 4) торможение
5) стопорящий шаг 6) отведение гранаты 7) финальное усилие

2163574

9. Физкультминутка-это:

- а) игра б) соревнование в) аэробика г) разминка во время урока

10. Укажите длину стандартной беговой дорожки:

- а) 800м б) 400 м в) 300 м г) 200 м

11. Какие команды подаются на старте, бега на 100 м.

- а) «На старт! Внимание! Марш!» б) «На старт! Марш!»
в) «Внимание! Марш!» г) «Приготовиться! Марш!»

12. Состояние здоровья обусловлено:

- а) резервными возможностями организма б) образом жизни
в) уровнем здравоохранения г) отсутствием болезней

13. Как осуществить контроль над влиянием физических нагрузок на организм во время занятий физическими упражнениями:

- а) по частоте дыхания
б) по частоте сердечно – сосудистых сокращений
в) по объёму выполненной работы

14. Специфическое средство физического воспитания - являются

физические упражнения.

15. Чемпионат мира по футболу 2018. Перечислите города, где проходили игры.

Москва, Санкт-Петербург, Сочи, Казань, Самара, Саранск, Волгоград, Рязань

16. Состояние организма, возникающее под влиянием той или иной работы и характеризующее временным снижением работоспособности называется

усталость

17. На уроке во время пульс в покое 70-80

лёгкой нагрузке достигает 100-120;

во время средней нагрузке 130-150;

во время большой нагрузке 150-170

18. Какие вредные привычки существуют у человека?

Курение, алкоголь, наркотики,

19. Впервые спортсмены России участвовали в Олимпийских играх в Лондоне в 1908 году. По какому виду спорта удалось стать олимпийским чемпионом Николаю Панину – Коломенкину?

Фигурное катание на коньках

20. Сопоставьте понятия, используемые в теории и методике физической культуры, с их характеристиками, вписав цифры соответствующие поля бланков ответов:

Понятия	Характеристика	ответы
а) Физическое развитие	<div> <div>—</div> педагогический <div>✓</div> педагогический <div>—</div> биологический <div>✓</div> состояние </div>	педагогический
б) Физическое воспитание		педагогический
в) Физическая подготовка		биологический
г) Физическое совершенство		состояние

225

26