

ФЕ020811

## ТИТУЛЬНЫЙ ЛИСТ

Всероссийская олимпиада школьников

школьный этап

Заполняется ПЕЧАТНЫМИ БУКВАМИ чернилами черного или синего цвета по образцам:

А	Б	В	Г	Д	Е	Ж	З	И	К	Л	М	Н	О	П	Р	С	Т	У	Ф	Х	Ц	Ч	Ш	Щ	Ъ	Ы	Ь	Э	Ю	Я	@	8	9	.
А	В	С	Д	Е	Г	Н	І	Ј	К	Л	М	Н	О	Р	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z	1	2	3	4	5	6	7	0	.	

ПРЕДМЕТ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КЛАСС     ДАТА 23.<sup>09</sup>23.2024ШИФР  
УЧАСТНИКАФК020811ФАМИЛИЯ БАРТКОВ  
ИМЯ БОГДАН  
ОТЧЕСТВО ЮРЬЕВИЧ

Документ удостоверяющий личность

 свидетельство о рождении паспорт

Гражданство

 Российская  
Федерациясерия     номер      ИноеДата рождения 22.08.2010Домашний телефон  
участника

+ 7

Мобильный телефон  
участника

+ 7

Электронный адрес  
участникаМуниципалитет Георгиевский городской округСокращенное наименование образовательной организации  
(школы)МБОУ гимназия 2. Георгиевска №Сведения о педагогах-  
наставниках1. Фамилия ТАРАНОВАИмя СВЕТЛАНАОтчество ВИКТОРОВНАСокращенное наименование образовательной организации  
(школы)

Личная подпись участника

Все поля обязательны к  
заполнению!



- б) не поднимать палочку
- в) поднять ее и продолжить бег
- г) сойти с дистанции

11. Круговая дорожка на стадионе должна иметь длину

- а) 200 м
- б) 300 м
- в) 400 м
- г) 500 м

12. Максимальная длина шипов, разрешенная для использования при синтетическом покрытии в легкой атлетике, составляет

- а) 5 мм
- б) 7 мм
- в) 9 мм
- г) 12 мм

13. Слово «волейбол» означает

- а) «летающий мяч»
- б) «вольный мяч»
- в) «ручной мяч»
- г) «порхающий мяч»

14. Волейбол – это вид спорта

- а) циклический
- б) сложно-координационный
- в) военно-прикладной
- г) игровой

15. Игра в волейбол осуществляется на площадке размером

- а) 9 x 12 м
- б) 9 x 18 м
- в) 6 x 12 м
- г) 6 x 18 м

16. Число игроков одной команды на площадке в игре в волейбол составляет

- а) 4 чел.
- б) 5 чел.
- в) 6 чел.
- г) 7 чел.

17. Высота сетки для игры в волейбол для мужчин составляет

- а) 200 см
- б) 215 см
- в) 236 см
- г) 243 см

18. Высота сетки для игры в волейбол для женщин составляет

- а) 200 см
- б) 215 см
- в) 224 см
- г) 240 см

19. Число игроков одной команды на площадке в игре в баскетбол составляет

- а) 4 чел.
- б) 5 чел.
- в) 6 чел.
- г) 7 чел.

20. Игра в баскетболе состоит из

- а) двух периодов по 25 минут

**Теоретико-методические задания**

- 1. Легкую атлетику называют «королевой спорта» так как она
  - а) включает большое количество участников
  - б) является зрелищным видом спорта
  - в) является самой обширной по количеству разыгрываемых комплектов медалей
  - г) самый древний вид спорта
- 2. Спринтом в легкой атлетике называют
  - а) бег на короткие дистанции
  - б) бег на длинные дистанции
  - в) прыжки в песочную яму
  - г) бег на средние дистанции
- 3. Дистанция в одну стадию равна
  - а) 105 м
  - б) 192,27 м
  - в) 199,99 м
  - г) 201,01 м
- 4. Первые Олимпийские игры современности проведены в
  - а) 1870 г.
  - б) 1894 г.
  - в) 1896 г.
  - г) 1904 г.
- 5. Впервые советские спортсмены-легкоатлеты приняли участие в XV Олимпийских играх в Хельсинки
  - а) 1952 г.
  - б) 1960 г.
  - в) 1964 г.
  - г) 1972 г.
- 6. Бег является составным элементом в
  - а) прыжке в длину
  - б) в толкании ядра
  - в) спортивной ходьбе
  - г) метании диска
- 7. К сложно координационным видам легкой атлетики относятся
  - а) барьерный бег
  - б) гладкий бег
  - в) прыжки в длину
  - г) метания
- 8. Больше всего у стайера развито физическое качество
  - а) гибкость
  - б) выносливость
  - в) сила
  - г) скорость
- 9. Барьерный бег в легкой атлетике по структуре движений является видом
  - а) ациклическим
  - б) циклическим
  - в) смешанным
  - г) корреляционным
- 10. Участник, уронивший эстафетную палочку должен
  - а) поднять и передать ее судьбе

ФК 08 11

- б) трех периодов по 15 минут
- в) четырех периодов по 15 минут
- г) четырех периодов по 10 минут
- 21. Самый быстрый вид плавания**
  - а) брасс
  - б) кроль на груди
  - в) кроль на спине
  - г) баттерфляй
  
- 22. Обучение дыханию в плавании имеет значение**
  - а) побочное
  - б) главное
  - в) второстепенное
  - г) информационное
- 23. Умение открывать глаза в воде при обучении плаванию имеет значение**
  - а) важное
  - б) бесполезное
  - в) второстепенное
  - г) отрицательное
- 24. Физическая культура - это**
  - а) отдельные стороны двигательных способностей человека
  - б) восстановление здоровья человека средствами физической реабилитации
  - в) часть общечеловеческой культуры, совокупность материальных и духовных ценностей, издаваемых и используемых обществом в целях физического развития человека, укрепления его здоровья и совершенствования двигательных качеств
  - г) педагогический процесс, направленный на обучение двигательным действиям и воспитание физических качеств
- 25. Отличительной особенностью спорта по отношению к другим формам физической культуры является**
  - а) развитие интеллекта
  - б) соревновательная деятельность
  - в) развитие морфологических характеристик
  - г) функциональные нагрузки

108

Числа серии:

- 1. Алексеева Е. И. -
- 2. Марашова С. В. -
- 3. Смирнов Е. Н. -
- 4. Ушаков М. И. -
- 5. Соловьева И. В. -







## 1. Двигательная активность человека заключается в

- а) использовании профессионально-прикладных физических упражнений
- б) увеличении мышечных волокон
- в) в применении тренажерных устройств
- г) систематическом использовании двигательных действий для обеспечения жизнедеятельности организма

## 2. Физическая подготовка – это

- а) процесс воспитания физических качеств и овладения жизненно важными действиями
- б) отдельные стороны двигательных возможностей человека
- в) комплекс морфо - функциональных свойств организма
- г) процесс соревновательной деятельности

## 3. Организм человека- это

- а) трудящийся общественный индивид
- б) единая саморазвивающаяся и саморегулируемая биологическая система
- в) фенотип
- г) экологический субъект

## 4. Первым российским олимпийским чемпионом стал

- а) Н.Панин-Коломенкин
- б) Ю. Власов
- в) В.Санеев
- г) И.Поддубный

## 5. Олимпийские игры для спортсменов с ограниченными возможностями называются

- а) Международные игры
- б) Всемирные игры
- в) Параолимпийские игры
- г) Олимпийские игры

## 6. Зимние Олимпийские игры 2014 г. состоялись

- а) в Новосибирске
- б) в Краснодаре
- в) в Москве
- г) в Сочи.

## 7. Летние Олимпийские игры проводятся с частотой

- а) один раз в 2 года
- б) один раз в 3 года
- в) один раз в 4 года
- г) один раз в 5 лет

## 8. Добровольцев, помогающих организаторам во время проведения Олимпийских игр, называют

- а) болельщик
- б) бойскаут
- в) волонтер
- г) пионер

## 9. Первое упоминание в истории об Олимпийских играх Древней Греции состоялось

- а) в V в. до н.э.
- б) в 776 г. до н.э.
- в) в I в. н.э.
- г) в 394 г. н.э.

## 10. Гиподинамия – это следствие

- а) понижение двигательной активности человека

- б) увеличение двигательной активности человека  
в) нехватка витаминов в организме  
г) чрезмерного питания
11. Легкая атлетика не включает в себя такой вид как  
а) бег  
+ б) подскоки  
в) метания  
г) прыжки
12. В программу Олимпийских игр для женщин не включены следующие виды  
а) бег с препятствиями  
- б) марафон  
+ в) метание молота  
г) прыжки в длину с разбега
13. Виды легкой атлетики на Олимпийских играх делятся на  
+ а) классические  
б) смешанные  
в) не классические  
г) избранные
14. Спринтом в легкой атлетике называют  
а) бег на короткие дистанции  
- б) бег на длинные дистанции  
в) прыжки в песочную яму  
г) бег на средние дистанции
15. Самый быстрый является бег  
+ а) барьерный  
б) трусцой  
+ в) спринтерский  
г) стайерский
16. Ходьба – это вид, требующий проявления  
+ а) красивой походки  
+ б) специальной выносливости  
в) координации суставов  
г) анаэробности
17. Эстафетный бег – это вид  
+ а) одиночный  
+ б) командный  
в) субъективный  
г) не субъективный
18. К легкоатлетическим видам не относят метание  
+ а) копья  
+ б) набивного мяча  
в) молота  
г) диска
19. Метание копья можно проводить  
+ а) на стадионе  
+ б) на спортивном городке  
в) в спортивном зале  
г) в манеже
20. При игре в стритбол в команде на площадке должно быть игроков  
- а) 7  
б) 6  
в) 5

г) 3

21. При игре в футбол в команде на поле должно быть игроков

а) 7

б) 9

в) 11

г) 13

22. Упражнения, где сочетаются быстрота и сила, называются:

а) общеразвивающими

б) собственно-силовыми

в) скоростно-силовыми

г) групповыми

23. Динамометр служит для измерения показателей:

а) роста;

б) жизненной емкости легких;

в) силы воли;

г) силы кисти.

24. К двигательным качествам человека не относят

а) подготовленность

б) быстроту

в) выносливость

г) силу

25. Цели физкультурно-спортивной деятельности

а) барьерные

б) физкультурно-оздоровительные

в) игровые

г) коммуникативные.

170 Conf

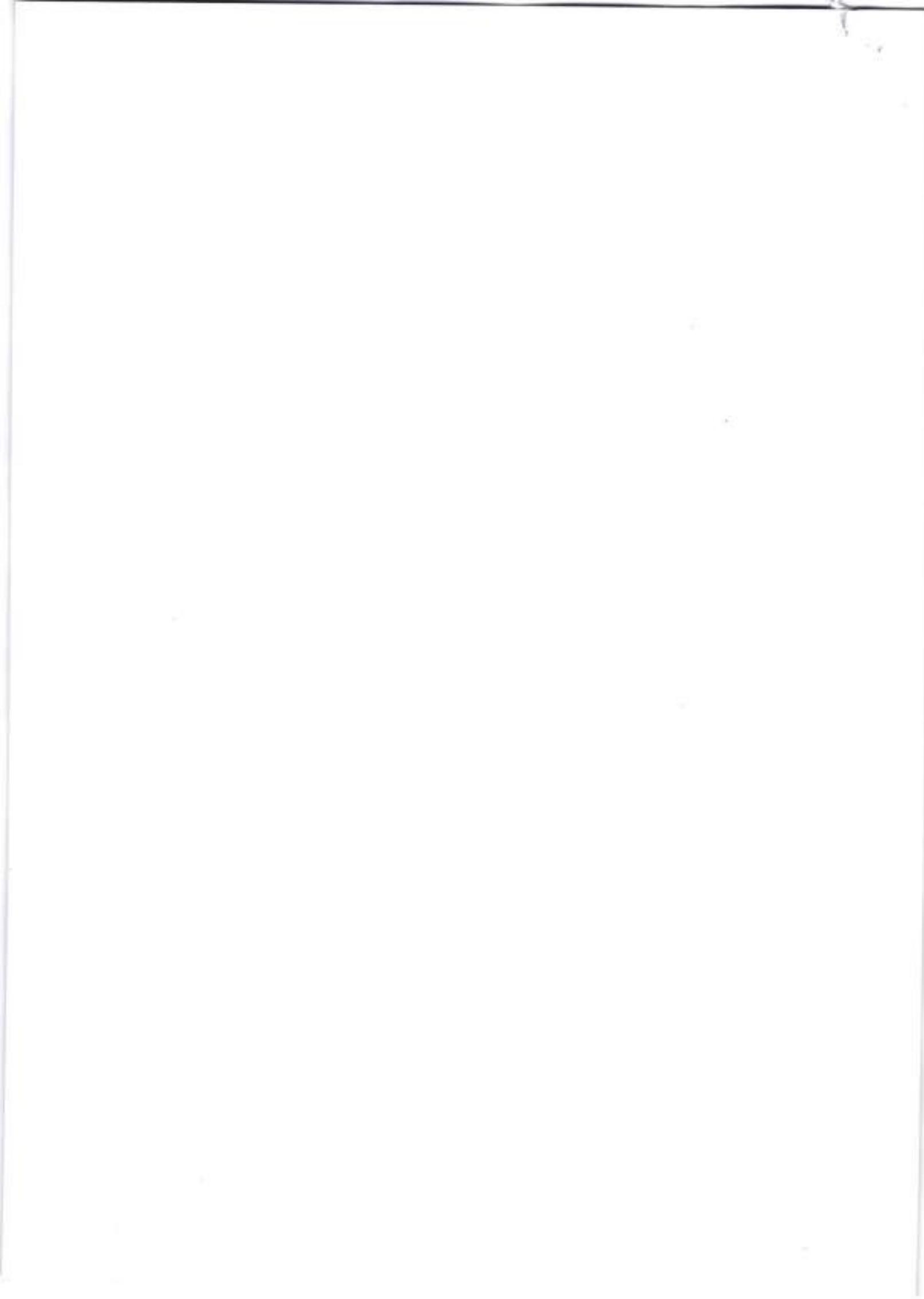
Числа шифры:

1. Алексеев Е. И.

2. Шаронова С. В. - Ш

3. Смирнов Е. И. Conf

4. Иванов М. И. - Иванов







**1. Двигательная активность человека заключается в**

- а) использовании профессионально-прикладных физических упражнений
- б) увеличении мышечных волокон
- в) в применении тренажерных устройств

+  г) систематическом использовании двигательных действий для обеспечения жизнедеятельности организма

**2. Физическая подготовка – это**

+  а) процесс воспитания физических качеств и овладения жизненно важными действиями

- б) отдельные стороны двигательных возможностей человека
- в) комплекс морфо - функциональных свойств организма
- г) процесс соревновательной деятельности

**3. Организм человека- это**

+  а) трудящийся общественный индивид

б) единая саморазвивающаяся и саморегулируемая биологическая система

- в) фенотип
- г) экологический субъект

**4. Первым российским олимпийским чемпионом стал**

-  а) Н.Панин-Коломенкин

б) Ю. Власов

- в) В.Санеев
- г) И.Поддубный

**5. Олимпийские игры для спортсменов с ограниченными возможностями называются**

+  а) Международные игры

б) Всемирные игры

в) Параолимпийские игры

г) Олимпийские игры

**6. Зимние Олимпийские игры 2014 г. состоялись**

-  а) в Новосибирске

б) в Краснодаре

в) в Москве

г) в Сочи.

**7. Летние Олимпийские игры проводятся с частотой**

+  а) один раз в 2 года

б) один раз в 3 года

в) один раз в 4 года

г) один раз в 5 лет

**8. Добровольцев, помогающих организаторам во время проведения Олимпийских игр, называют**

-  а) болельщик

б) бойскаут

в) волонтер

г) пионер

**9. Первое упоминание в истории об Олимпийских играх Древней Греции состоялось**

-  а) в V в. до н.э.

б) в 776 г. до н.э.

в) в I в. н.э.

г) в 394 г. н.э.

**10. Гиподинамия – это следствие**

а) понижение двигательной активности человека

- б) увеличение двигательной активности человека  
в) нехватка витаминов в организме  
г) чрезмерного питания
11. Легкая атлетика не включает в себя такой вид как  
 а) бег  
б) подскоки  
в) метания  
г) прыжки
12. В программу Олимпийских игр для женщин не включены следующие виды  
 а) бег с препятствиями  
б) марафон  
в) метание молота  
г) прыжки в длину с разбега
13. Виды легкой атлетики на Олимпийских играх делятся на  
 а) классические  
б) смешанные  
в) не классические  
г) избранные
14. Спринтом в легкой атлетике называют  
 а) бег на короткие дистанции  
б) бег на длинные дистанции  
в) прыжки в песочную яму  
г) бег на средние дистанции
15. Самый быстрый является бег  
 а) барьерный  
б) трусцой  
в) спринтерский  
г) стайерский
16. Ходьба – это вид, требующий проявления  
 а) красивой походки  
б) специальной выносливости  
в) координации суставов  
г) анаэробности
17. Эстафетный бег – это вид  
 а) одиночный  
б) командный  
в) субъективный  
г) не субъективный
18. К легкоатлетическим видам не относят метание  
 а) копья  
б) набивного мяча  
в) молота  
г) диска
19. Метание копья можно проводить  
 а) на стадионе  
б) на спортивном городке  
в) в спортивном зале  
г) в манеже
20. При игре в стритбол команде на площадке должно быть игроков  
 а) 7  
б) 6  
в) 5

- г) 3
21. При игре в футбол в команде на поле должно быть игроков
- а) 7  
 б) 9  
 в) 11  
 г) 13
22. Упражнения, где сочетаются быстрота и сила, называются:
- а) общеразвивающими  
 б) собственно-силовыми  
 в) скоростно-силовыми  
 г) групповыми
23. Динамометр служит для измерения показателей:
- а) роста;  
 б) жизненной емкости легких;  
 в) силы воли;  
 г) силы кисти.
24. К двигательным качествам человека не относят
- а) подготовленность  
 б) быстроту  
 в) выносливость  
 г) силу
25. Цели физкультурно-спортивной деятельности
- а) барьерные  
 б) физкультурно-оздоровительные  
 в) игровые  
 г) коммуникативные.

125  
af

Тема урока

- 1) Алексина Е. Ю
- 2) Макарова С. В
- 3) Иванов А. Ю - Жуков
- 4) Смирн Е. М - Соф







**1. Двигательная активность человека заключается в**

- а) использовании профессионально-прикладных физических упражнений
- б) увеличении мышечных волокон
- в) в применении тренажерных устройств
- г) систематическом использовании двигательных действий для обеспечения жизнедеятельности организма

**2. Физическая подготовка – это**

- а) процесс воспитания физических качеств и овладения жизненно важными действиями
- б) отдельные стороны двигательных возможностей человека
- в) комплекс морфо - функциональных свойств организма
- г) процесс соревновательной деятельности

**3. Организм человека- это**

- а) трудящийся общественный индивид
- б) единая саморазвивающаяся и саморегулируемая биологическая система
- в) фенотип
- г) экологический субъект

**4. Первым российским олимпийским чемпионом стал**

- а) Н.Панин-Коломенкин
- б) Ю. Власов
- в) В.Санеев
- г) И.Поддубный

**5. Олимпийские игры для спортсменов с ограниченными возможностями называются**

- а) Международные игры
- б) Всемирные игры
- в) Параолимпийские игры
- г) Олимпийские игры

**6. Зимние Олимпийские игры 2014 г. состоялись**

- а) в Новосибирске
- б) в Краснодаре
- в) в Москве
- г) в Сочи.

**7. Летние Олимпийские игры проводятся с частотой**

- а) один раз в 2 года
- б) один раз в 3 года
- в) один раз в 4 года
- г) один раз в 5 лет

**8. Добровольцев, помогающих организаторам во время проведения Олимпийских игр, называют**

- а) болельщик
- б) бойскаут
- в) волонтер
- г) пионер

**9. Первое упоминание в истории об Олимпийских играх Древней Греции состоялось**

- а) в V в. до н.э.
- б) в 776 г. до н.э.
- в) в I в. н.э.
- г) в 394 г. н.э.

**10. Гиподинамия – это следствие**

- а) понижение двигательной активности человека

- б) увеличение двигательной активности человека  
в) нехватка витаминов в организме  
г) чрезмерного питания
11. Легкая атлетика не включает в себя такой вид как  
а) бег  
 б) подскоки  
в) метания  
г) прыжки
12. В программу Олимпийских игр для женщин не включены следующие виды  
а) бег с препятствиями  
б) марафон  
 в) метание молота  
г) прыжки в длину с разбега
13. Виды легкой атлетики на Олимпийских играх делится на  
 а) классические  
б) смешанные  
в) не классические  
г) избранные
14. Спринтом в легкой атлетике называют  
а) бег на короткие дистанции  
б) бег на длинные дистанции  
в) прыжки в песочную яму  
 г) бег на средние дистанции
15. Самый быстрый является бег  
а) барьерный  
 б) трусцой  
в) спринтерский  
г) стайерский
16. Ходьба – это вид, требующий проявления  
а) красивой походки  
 б) специальной выносливости  
в) координации суставов  
г) анаэробности
17. Эстафетный бег – это вид  
а) одиночный  
 б) командный  
в) субъективный  
г) не субъективный
18. К легкоатлетическим видам не относят метание  
а) копья  
 б) набивного мяча  
в) молота  
г) диска
19. Метание копья можно проводить  
 а) на стадионе  
б) на спортивном городке  
в) в спортивном зале  
г) в манеже
20. При игре в стритболв команде на площадке должно быть игроков  
а) 7  
 б) 6  
в) 5

г) 3

21. При игре в футбол в команде на поле должно быть игроков

а) 7

б) 9

в) 11

г) 13

22. Упражнения, где сочетаются быстрота и сила, называются:

а) общеразвивающими

б) собственно-силовыми

в) скоростно-силовыми

г) групповыми

23. Динамометр служит для измерения показателей:

а) роста;

б) жизненной емкости легких;

в) силы воли;

г) силы кисти.

24. К двигательным качествам человека не относят

а) подготовленность

б) быстроту

в) выносливость

г) силу

25. Цели физкультурно-спортивной деятельности

а) барьерные

б) физкультурно-оздоровительные

в) игровые

г) коммуникативные.

145

Члены жюри

1 Алешин Е. Ю

2 Шапов М. Ю

3 Маршова С. В

4 Смир Е. М.







**1. Двигательная активность человека заключается в**

- а) использовании профессионально-прикладных физических упражнений
- б) увеличении мышечных волокон
- в) в применении тренажерных устройств
- г) систематическом использовании двигательных действий для обеспечения жизнедеятельности организма

**2. Физическая подготовка – это**

- а) процессе воспитания физических качеств и овладения жизненно важными действиями
- б) отдельные стороны двигательных возможностей человека
- в) комплекс морфо - функциональных свойств организма
- г) процесс соревновательной деятельности

**3. Организм человека- это**

- а) трудящийся общественный индивид
- б) единая саморазвивающаяся и саморегулируемая биологическая система
- в) фенотип
- г) экологический субъект

**4. Первым российским олимпийским чемпионом стал**

- а) Н.Панин-Коломенкин
- б) Ю. Власов
- в) В.Санеев
- г) И.Поддубный

**5. Олимпийские игры для спортсменов с ограниченными возможностями называются**

- а) Международные игры
- б) Всемирные игры
- в) Параолимпийские игры
- г) Олимпийские игры

**6. Зимние Олимпийские игры 2014 г. состоялись**

- а) в Новосибирске
- б) в Краснодаре
- в) в Москве
- г) в Сочи.

**7. Летние Олимпийские игры проводятся с частотой**

- а) один раз в 2 года
- б) один раз в 3 года
- в) один раз в 4 года
- г) один раз в 5 лет

**8. Добровольцев, помогающих организаторам во время проведения Олимпийских игр, называют**

- а) болельщик
- б) бойскаут
- в) волонтер
- г) пионер

**9. Первое упоминание в истории об Олимпийских играх Древней Греции состоялось**

- а) в V в. до н.э.
- б) в 776 г. до н.э.
- в) в I в. н.э.
- г) в 394 г. н.э.

**10. Гиподинамия – это следствие**

- а) понижение двигательной активности человека

- б) увеличение двигательной активности человека  
в) нехватка витаминов в организме  
г) чрезмерного питания
11. Легкая атлетика не включает в себя такой вид как  
а) бег  
+ б) подскоки  
в) метания  
г) прыжки
12. В программу Олимпийских игр для женщин не включены следующие виды  
а) бег с препятствиями  
б) марафон  
- в) метание молота  
г) прыжки в длину с разбега
13. Виды легкой атлетики на Олимпийских играх делятся на  
+ а) классические  
б) смешанные  
в) не классические  
г) избранные
14. Спринтом в легкой атлетике называют  
а) бег на короткие дистанции  
б) бег на длинные дистанции  
- в) прыжки в песочную яму  
г) бег на средние дистанции
15. Самый быстрый является бег  
- а) барьерный  
б) трусцой  
в) спринтерский  
г) стайерский
16. Ходьба – это вид, требующий проявления  
+ а) красивой походки  
б) специальной выносливости  
в) координации суставов  
г) анаэробности
17. Эстафетный бег – это вид  
+ а) одиночный  
б) командный  
в) субъективный  
г) не субъективный
18. К легкоатлетическим видам не относят метание  
- а) копья  
б) набивного мяча  
в) молота  
г) диска
19. Метание копья можно проводить  
+ а) на стадионе  
б) на спортивном городке  
в) в спортивном зале  
г) в манеже
20. При игре в стритбол команде на площадке должно быть игроков  
- а) 7  
б) 6  
в) 5

- г) 3
21. При игре в футбол в команде на поле должно быть игроков
- а) 7  
 б) 9  
 в) 11  
 г) 13

22. Упражнения, где сочетаются быстрота и сила, называются:
- а) общеразвивающими  
 б) собственно-силовыми  
 в) скоростно-силовыми  
 г) групповыми

23. Динамометр служит для измерения показателей:
- а) роста;  
 б) жизненной емкости легких;  
 в) силы воли;  
 г) силы кисти.

24. К двигательным качествам человека не относят
- а) подготовленность  
 б) быстроту  
 в) выносливость  
 г) силу

25. Цели физкультурно-спортивной деятельности
- а) барьерные  
 б) физкультурно-оздоровительные  
 в) игровые  
 г) коммуникативные.

120616

Члены жюри

- 1) Алексеева Е. Ю -
- 2) Марамова Р. В -
- 3) Смирн Е. Н -
- 4) Шапов М. Ю -







1. **Двигательная активность человека заключается в**
  - а) использовании профессионально-прикладных физических упражнений
  - б) увеличении мышечных волокон
  - в) в применении тренажерных устройств
  - г) систематическом использовании двигательных действий для обеспечения жизнедеятельности организма
2. **Физическая подготовка – это**
  - а) процесс воспитания физических качеств и овладения жизненно важными действиями
  - б) отдельные стороны двигательных возможностей человека
  - в) комплекс морфо - функциональных свойств организма
  - г) процесс соревновательной деятельности
3. **Организм человека- это**
  - а) трудящийся общественный индивид
  - б) единая саморазвивающаяся и саморегулируемая биологическая система
  - в) фенотип
  - г) экологический субъект
4. **Первым российским олимпийским чемпионом стал**
  - а) Н.Панин-Коломенкин
  - б) Ю. Власов
  - в) В.Санеев
  - г) И.Поддубный
5. **Олимпийские игры для спортсменов с ограниченными возможностями называются**
  - а) Международные игры
  - б) Всемирные игры
  - в) Параолимпийские игры
  - г) Олимпийские игры
6. **Зимние Олимпийские игры 2014 г. состоялись**
  - а) в Новосибирске
  - б) в Краснодаре
  - в) в Москве
  - г) в Сочи.
7. **Летние Олимпийские игры проводятся с частотой**
  - а) один раз в 2 года
  - б) один раз в 3 года
  - в) один раз в 4 года
  - г) один раз в 5 лет
8. **Добровольцев, помогающих организаторам во время проведения Олимпийских игр, называют**
  - а) болельщик
  - б) бойскаут
  - в) волонтер
  - г) пионер
9. **Первое упоминание в истории об Олимпийских играх Древней Греции состоялось**
  - а) в V в. до н.э.
  - б) в 776 г. до н.э.
  - в) в I в. н.э.
  - г) в 394 г. н.э.
10. **Гиподинамия – это следствие**
  - а) понижение двигательной активности человека

- б) увеличение двигательной активности человека  
в) нехватка витаминов в организме  
г) чрезмерного питания
11. Легкая атлетика не включает в себя такой вид как  
а) бег  
 б) подскоки  
в) метания  
г) прыжки
12. В программу Олимпийских игр для женщин не включены следующие виды  
 а) бег с препятствиями  
б) марафон  
в) метание молота  
г) прыжки в длину с разбега
13. Виды легкой атлетики на Олимпийских играх делятся на  
а) классические  
 б) смешанные  
в) не классические  
г) избранные
14. Спринтом в легкой атлетике называют  
а) бег на короткие дистанции  
 б) бег на длинные дистанции  
в) прыжки в песочную яму  
г) бег на средние дистанции
15. Самый быстрый является бег  
а) барьерный  
 б) труссой  
в) спринтерский  
г) стайерский
16. Ходьба – это вид, требующий проявления  
 а) красивой походки  
б) специальной выносливости  
в) координации суставов  
г) анаэробности
17. Эстафетный бег – это вид  
 а) одиночный  
б) командный  
в) субъективный  
г) не субъективный
18. К легкоатлетическим видам не относят метание  
 а) копья  
б) набивного мяча  
в) молота  
г) диска
19. Метание копья можно проводить  
 а) на стадионе  
б) на спортивном городке  
в) в спортивном зале  
г) в манеже
20. При игре в стритбол команде на площадке должно быть игроков  
а) 7  
 б) 6  
в) 5

г) 3

21. При игре в футбол в команде на поле должно быть игроков

а) 7

б) 9

в) 11

г) 13

22. Упражнения, где сочетаются быстрота и сила, называются:

а) общеразвивающими

б) собственно-силовыми

в) скоростно-силовыми

г) групповыми

23. Динамометр служит для измерения показателей:

а) роста;

б) жизненной емкости легких;

в) силы воли;

г) силы кисти.

24. К двигательным качествам человека не относят

а) подготовленность

б) быстроту

в) выносливость

г) силу

25. Цели физкультурно-спортивной деятельности

а) барьерные

б) физкультурно-оздоровительные

в) игровые

г) коммуникативные.

176

Члены жюри

1) Алексеева Е. Ю.

2) Шаранова С. В. - А

3) Иванов М. Ю. - А

4) Смирнов Е. И. - С







**1. Двигательная активность человека заключается в**

- а) использовании профессионально-прикладных физических упражнений
- б) увеличении мышечных волокон
- в) в применении тренажерных устройств
- г) систематическом использовании двигательных действий для обеспечения жизнедеятельности организма

**2. Физическая подготовка – это**

- а) процесс воспитания физических качеств и овладения жизненно важными действиями
- б) отдельные стороны двигательных возможностей человека
- в) комплекс морфо - функциональных свойств организма
- г) процесс соревновательной деятельности

**3. Организм человека- это**

- а) трудящийся общественный индивид
- б) единая саморазвивающаяся и саморегулируемая биологическая система
- в) фенотип
- г) экологический субъект

**4. Первым российским олимпийским чемпионом стал**

- а) Н.Панин-Коломенкин
- б) Ю. Власов
- в) В.Санев
- г) И.Поддубный

**5. Олимпийские игры для спортсменов с ограниченными возможностями называются**

- а) Международные игры
- б) Всемирные игры
- в) Параолимпийские игры
- г) Олимпийские игры

**6. Зимние Олимпийские игры 2014 г. состоялись**

- а) в Новосибирске
- б) в Краснодаре
- в) в Москве
- г) в Сочи.

**7. Летние Олимпийские игры проводятся с частотой**

- а) один раз в 2 года
- б) один раз в 3 года
- в) один раз в 4 года
- г) один раз в 5 лет

**8. Добровольцев, помогающих организаторам во время проведения Олимпийских игр, называют**

- а) болельщик
- б) бойскаут
- в) волонтер
- г) пионер

**9. Первое упоминание в истории об Олимпийских играх Древней Греции состоялось**

- а) в V в. до н.э.
- б) в 776 г. до н.э.
- в) в I в. н.э.
- г) в 394 г. н.э.

**10. Гиподинамия – это следствие**

- а) понижение двигательной активности человека

- б) увеличение двигательной активности человека
- в) нехватка витаминов в организме
- г) чрезмерного питания

11. Легкая атлетика не включает в себя такой вид как

- а) бег
- б) подскоки
- в) метания
- г) прыжки

12. В программу Олимпийских игр для женщин не включены следующие виды

- а) бег с препятствиями
- б) марафон
- в) метание молота
- г) прыжки в длину с разбега

13. Виды легкой атлетики на Олимпийских играх делятся на

- а) классические
- б) смешанные
- в) не классические
- г) избранные

14. Спринтом в легкой атлетике называют

- а) бег на короткие дистанции
- б) бег на длинные дистанции
- в) прыжки в песочную яму
- г) бег на средние дистанции

15. Самый быстрый является бег

- а) барьерный
- б) трусцой
- в) спринтерский
- г) стайерский

16. Ходьба – это вид, требующий проявления

- а) красивой походки
- б) специальной выносливости
- в) координации суставов
- г) анаэробности

17. Эстафетный бег – это вид

- а) одиночный
- б) командный
- в) субъективный
- г) не субъективный

18. К легкоатлетическим видам не относят метание

- а) копья
- б) набивного мяча
- в) молота
- г) диска

19. Метание копья можно проводить

- а) на стадионе
- б) на спортивном городке
- в) в спортивном зале
- г) в манеже

20. При игре в стритбол в команде на площадке должно быть игроков

- а) 7
- б) 6
- в) 5

г) 3

21. При игре в футбол в команде на поле должно быть игроков

а) 7

б) 9

в) 11

г) 13

22. Упражнения, где сочетаются быстрота и сила, называются:

а) общеразвивающими

б) собственно-силовыми

в) скоростно-силовыми

г) групповыми

23. Динамометр служит для измерения показателей:

а) роста;

б) жизненной емкости легких;

в) силы воли;

г) силы кисти.

24. К двигательным качествам человека не относят

а) подготовленность

б) быстроту

в) выносливость

г) силу

25. Цели физкультурно-спортивной деятельности

а) барьерные

б) физкультурно-оздоровительные

в) игровые

г) коммуникативные.

136

Числа жюри

1 Алексина Е. И. -

2 Марамова С. Д. -

3 Смирн Е. Н. -

4 Ушаков М. И. -







1. Двигательная активность человека заключается в
  - а) использовании профессионально-прикладных физических упражнений
  - б) увеличении мышечных волокон
  - в) в применении тренажерных устройств
  - г) систематическом использовании двигательных действий для обеспечения жизнедеятельности организма
2. Физическая подготовка – это
  - а) процесс воспитания физических качеств и овладения жизненно важными действиями
  - б) отдельные стороны двигательных возможностей человека
  - в) комплекс морфо - функциональных свойств организма
  - г) процесс соревновательной деятельности
3. Организм человека- это
  - а) трудящийся общественный индивид
  - б) единая саморазвивающаяся и саморегулируемая биологическая система
  - в) фенотип
  - г) экологический субъект
4. Первым российским олимпийским чемпионом стал
  - а) Н.Панин-Коломенкин
  - б) Ю. Власов
  - в) В.Санеев
  - г) И.Поддубный
5. Олимпийские игры для спортсменов с ограниченными возможностями называются
  - а) Международные игры
  - б) Всемирные игры
  - в) Параолимпийские игры
  - г) Олимпийские игры
6. Зимние Олимпийские игры 2014 г. состоялись
  - а) в Новосибирске
  - б) в Краснодаре
  - в) в Москве
  - г) в Сочи.
7. Летние Олимпийские игры проводятся с частотой
  - а) один раз в 2 года
  - б) один раз в 3 года
  - в) один раз в 4 года
  - г) один раз в 5 лет
8. Добровольцев, помогающих организаторам во время проведения Олимпийских игр, называют
  - а) болельщик
  - б) бойскаут
  - в) волонтер
  - г) пионер
9. Первое упоминание в истории об Олимпийских играх Древней Греции состоялось
  - а) в V в. до н.э.
  - б) в 776 г. до н.э.
  - в) в I в. н.э.
  - г) в 394 г. н.э.
10. Гиподинамия – это следствие
  - а) понижение двигательной активности человека

- б) увеличение двигательной активности человека  
 в) нехватка витаминов в организме  
 г) чрезмерного питания
11. Легкая атлетика не включает в себя такой вид как  
 а) бег  
 б) подскоки  
 в) метания  
 г) прыжки
12. В программу Олимпийских игр для женщин не включены следующие виды  
 а) бег с препятствиями  
 б) марафон  
 в) метание молота  
 г) прыжки в длину с разбега
13. Виды легкой атлетики на Олимпийских играх делятся на  
 а) классические  
 б) смешанные  
 в) не классические  
 г) избранные
14. Спринтом в легкой атлетике называют  
 а) бег на короткие дистанции  
 б) бег на длинные дистанции  
 в) прыжки в песочную яму  
 г) бег на средние дистанции
15. Самый быстрый является бег  
 а) барьерный  
 б) трусцой  
 в) спринтерский  
 г) стайерский
16. Ходьба – это вид, требующий проявления  
 а) красивой походки  
 б) специальной выносливости  
 в) координации суставов  
 г) анаэробности
17. Эстафетный бег – это вид  
 а) одиночный  
 б) командный  
 в) субъективный  
 г) не субъективный
18. К легкоатлетическим видам не относят метание  
 а) копья  
 б) набивного мяча  
 в) молота  
 г) диска
19. Метание копья можно проводить  
 а) на стадионе  
 б) на спортивном городке  
 в) в спортивном зале  
 г) в манеже
20. При игре в стритболв команде на площадке должно быть игроков  
 а) 7  
 б) 6  
 в) 5

- г) 3
- 21. При игре в футбол в команде на поле должно быть игроков
  - а) 7
  - б) 9
  - в) 11
  - г) 13
  
- 22. Упражнения, где сочетаются быстрота и сила, называются:
  - а) общеразвивающими
  - б) собственно-силовыми
  - в) скоростно-силовыми
  - г) групповыми
  
- 23. Динамометр служит для измерения показателей:
  - а) роста;
  - б) жизненной емкости легких;
  - в) силы воли;
  - г) силы кисти.
  
- 24. К двигательным качествам человека не относят
  - а) подготовленность
  - б) быстроту
  - в) выносливость
  - г) силу
  
- 25. Цели физкультурно-спортивной деятельности
  - а) барьерные
  - б) физкультурно-оздоровительные
  - в) игровые
  - г) коммуникативные.

95

Числа жюри:

- 1) Алексеев В. Ю -
- 2) Смирнов В. И -
- 3) Маршова С. В -
- 4) Иванов М. И -



ФК 020512

ТИТУЛЬНЫЙ ЛИСТ

Всероссийская олимпиада школьников

школьный этап

Заполняется ПЕЧАТНЫМИ БУКВАМИ чернилами черного или синего цвета по образцам:

А	Б	В	Г	Д	Е	Ж	З	И	К	Л	М	Н	О	П	Р	С	Т	У	Ф	Х	Ц	Ч	Ш	Щ	Ъ	Ы	Ь	Э	Ю	Я	@	8	9	.
А	В	С	Д	Е	Г	Н	І	Ј	К	Л	М	Н	О	Р	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z	1	2	3	4	5	6	7	0	.	

ПРЕДМЕТ Физическая культура КЛАСС 5А

ДАТА 09.09.2024

ШИФР УЧАСТНИКА

Grid for participant ID

ФАМИЛИЯ Мельникова  
ИМЯ Анна  
ОТЧЕСТВО Николаевна

Документ удостоверяющий личность  свидетельство о рождении  паспорт  гражданство  Российская Федерация  Иное

Дата рождения 09.11.2013

Домашний телефон участника +7 9899733653  
Мобильный телефон участника +7  
Электронный адрес участника

Муниципалитет  
Сокращенное наименование образовательной организации (школы)

Сведения о педагогах-наставниках

1. Фамилия Мельникова  
Имя Анна  
Отчество Николаевна  
Сокращенное наименование образовательной организации (школы)

Личная подпись участника Анна Все поля обязательны к заполнению!



1. Двигательная активность человека заключается в

- а) использовании профессионально-прикладных физических упражнений
- б) увеличении мышечных волокон
- в) в применении тренажерных устройств
- г) систематическом использовании двигательных действий для обеспечения жизнедеятельности организма

2. Физическая подготовка – это

- а) процесс воспитания физических качеств и овладения жизненно важными действиями
- б) отдельные стороны двигательных возможностей человека
- в) комплексе морфо - функциональных свойств организма
- г) процесс соревновательной деятельности

3. Организм человека- это

- а) трудящийся общественный индивид
- б) единая саморазвивающаяся и саморегулируемая биологическая система
- в) фенотип
- г) экологический субъект

4. Первым российским олимпийским чемпионом стал

- а) Н.Панин-Коломенкин
- б) Ю. Власов
- в) В.Санеев
- г) И.Поддубный

5. Олимпийские игры для спортсменов с ограниченными возможностями называются

- а) Международные игры
- б) Всемирные игры
- в) Параолимпийские игры
- г) Олимпийские игры

6. Зимние Олимпийские игры 2014 г. состоялись

- а) в Новосибирске
- б) в Краснодаре
- в) в Москве
- г) в Сочи.

7. Летние Олимпийские игры проводятся с частотой

- а) один раз в 2 года
- б) один раз в 3 года
- в) один раз в 4 года
- г) один раз в 5 лет

8. Добровольцев, помогающих организаторам во время проведения Олимпийских игр, называют

- а) болельщик
- б) бойскаут
- в) волонтер
- г) пионер

9. Первое упоминание в истории об Олимпийских играх Древней Греции состоялось

- а) в V в. до н.э.
- б) в 776 г. до н.э.
- в) в I в. н.э.
- г) в 394 г. н.э.

10. Гиподинамия – это следствие

- а) понижение двигательной активности человека

- б) увеличение двигательной активности человека
- в) нехватка витаминов в организме
- г) чрезмерного питания

11. Легкая атлетика не включает в себя такой вид как

- а) бег
- б) подскоки
- в) метания
- г) прыжки

12. В программу Олимпийских игр для женщин не включены следующие виды

- а) бег с препятствиями
- б) марафон
- в) метание молота
- г) прыжки в длину с разбега

13. Виды легкой атлетики на Олимпийских играх делятся на

- а) классические
- б) смешанные
- в) не классические
- г) избранные

14. Спринтом в легкой атлетике называют

- а) бег на короткие дистанции
- б) бег на длинные дистанции
- в) прыжки в песочную яму
- г) бег на средние дистанции

15. Самый быстрый является бег

- а) барьерный
- б) трусцой
- в) спринтерский
- г) стайерский

16. Ходьба – это вид, требующий проявления

- а) красивой походки
- б) специальной выносливости
- в) координации суставов
- г) анаэробности

17. Эстафетный бег – это вид

- а) одиночный
- б) командный
- в) субъективный
- г) не субъективный

18. К легкоатлетическим видам не относят метание

- а) копьа
- б) набивного мяча
- в) молота
- г) диска

19. Метание копьа можно проводить

- а) на стадионе
- б) на спортивном городке
- в) в спортивном зале
- г) в манеже

20. При игре в стритболв команде на площадке должно быть игроков

- а) 7
- б) 6
- в) 5

г) 3

21. При игре в футбол в команде на поле должно быть игроков

а) 7

б) 9

в) 11

г) 13

22. Упражнения, где сочетаются быстрота и сила, называются:

а) общеразвивающими

б) собственно-силовыми

в) скоростно-силовыми

г) групповыми

23. Динамометр служит для измерения показателей:

а) роста;

б) жизненной емкости легких;

в) силы воли;

г) силы кисти.

24. К двигательным качествам человека не относят

а) подготовленность

б) быстроту

в) выносливость

г) силу

25. Цели физкультурно-спортивной деятельности

а) барьерные

б) физкультурно-оздоровительные

в) игровые

г) коммуникативные.

135

Числа жюри

1) А.И.Иванова Е.И.

2) Макарова С.В.

3) Смирнов Е.И. - Смирнов

4) Волков М.И. - Волков







1. Двигательная активность человека заключается в
  - а) использовании профессионально-прикладных физических упражнений
  - б) увеличении мышечных волокон
  - + в) в применении тренажерных устройств
  - г) систематическом использовании двигательных действий для обеспечения жизнедеятельности организма
2. Физическая подготовка – это
  - + а) процесс воспитания физических качеств и овладения жизненно важными действиями
  - б) отдельные стороны двигательных возможностей человека
  - в) комплекс морфо - функциональных свойств организма
  - г) процесс соревновательной деятельности
3. Организм человека- это
  - + а) трудящийся общественный индивид
  - б) единая саморазвивающаяся и саморегулируемая биологическая система
  - в) фенотип
  - г) экологический субъект
4. Первым российским олимпийским чемпионом стал
  - а) Н.Панин-Коломенкин
  - б) Ю. Власов
  - в) В.Санеев
  - г) И.Поддубный
5. Олимпийские игры для спортсменов с ограниченными возможностями называются
  - а) Международные игры
  - б) Всемирные игры
  - в) Параолимпийские игры
  - г) Олимпийские игры
6. Зимние Олимпийские игры 2014 г. состоялись
  - а) в Новосибирске
  - б) в Краснодаре
  - в) в Москве
  - г) в Сочи.
7. Летние Олимпийские игры проводятся с частотой
  - + а) один раз в 2 года
  - б) один раз в 3 года
  - в) один раз в 4 года
  - г) один раз в 5 лет
8. Добровольцев, помогающих организаторам во время проведения Олимпийских игр, называют
  - + а) болельщик
  - б) бойскаут
  - в) волонтер
  - г) пионер
9. Первое упоминание в истории об Олимпийских играх Древней Греции состоялось
  - а) в V в. до н.э.
  - б) в 776 г. до н.э.
  - в) в I в. н.э.
  - г) в 394 г. н.э.
10. Гиподинамия – это следствие
  - а) понижение двигательной активности человека

- б) увеличение двигательной активности человека  
в) нехватка витаминов в организме  
г) чрезмерного питания
11. Легкая атлетика не включает в себя такой вид как  
а) бег  
+ б) подскоки  
в) метания  
г) прыжки
12. В программу Олимпийских игр для женщин не включены следующие виды  
а) бег с препятствиями  
- б) марафон  
в) метание молота  
г) прыжки в длину с разбега
13. Виды легкой атлетики на Олимпийских играх делятся на  
а) классические  
- б) смешанные  
в) не классические  
г) избранные
14. Спринтом в легкой атлетике называют  
а) бег на короткие дистанции  
- б) бег на длинные дистанции  
в) прыжки в песочную яму  
г) бег на средние дистанции
15. Самый быстрый является бег  
- а) барьерный  
б) трусцой  
в) спринтерский  
г) стайерский
16. Ходьба – это вид, требующий проявления  
а) красивой походки  
+ б) специальной выносливости  
в) координации суставов  
г) анаэробности
17. Эстафетный бег – это вид  
- а) одиночный  
б) командный  
в) субъективный  
г) не субъективный
18. К легкоатлетическим видам не относят метание  
- а) копья  
б) набивного мяча  
в) молота  
г) диска
19. Метание копья можно проводить  
+ а) на стадионе  
б) на спортивном городке  
в) в спортивном зале  
г) в манеже
20. При игре в стритболв команде на площадке должно быть игроков  
- а) 7  
б) 6  
в) 5

- г) 3
21. При игре в футбол в команде на поле должно быть игроков
- а) 7  
 б) 9  
 в) 11  
 г) 13
22. Упражнения, где сочетаются быстрота и сила, называются:
- а) общеразвивающими  
 б) собственно-силовыми  
 в) скоростно-силовыми  
 г) групповыми
23. Динамометр служит для измерения показателей:
- а) роста;  
 б) жизненной емкости легких;  
 в) силы воли;  
 г) силы кисти.
24. К двигательным качествам человека не относят
- а) подготовленность  
 б) быстроту  
 в) выносливость  
 г) силу
25. Цели физкультурно-спортивной деятельности
- а) барьерные  
 б) физкультурно-оздоровительные  
 в) игровые  
 г) коммуникативные.

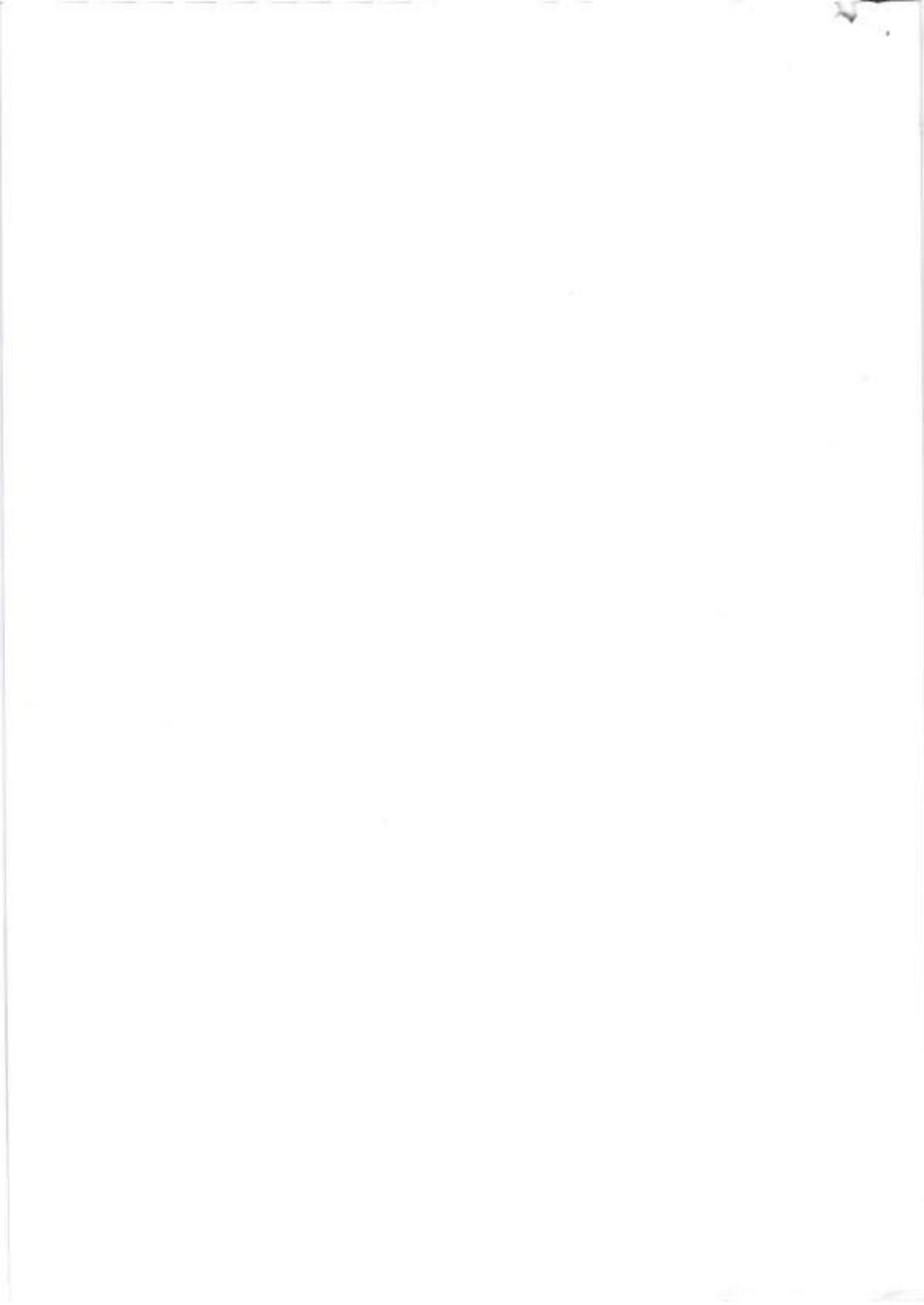
95

Человек шире

- 1) Алена Е. Ю -
- 2) Смир Е. И - Смир
- 3) Мамов Е. Ю - Мамов
- 4) Шарасова С. В - Шар







**1. Двигательная активность человека заключается в**

- а) использовании профессионально-прикладных физических упражнений
- б) увеличении мышечных волокон
- в) в применении тренажерных устройств
- г) систематическом использовании двигательных действий для обеспечения жизнедеятельности организма

**2. Физическая подготовка – это**

- а) процесс воспитания физических качеств и овладения жизненно важными действиями
- б) отдельные стороны двигательных возможностей человека
- в) комплекс морфо - функциональных свойств организма
- г) процесс соревновательной деятельности

**3. Организм человека- это**

- а) трудящийся общественный индивид
- б) единая саморазвивающаяся и саморегулируемая биологическая система
- в) фенотип
- г) экологический субъект

**4. Первым российским олимпийским чемпионом стал**

- а) Н.Панин-Коломенкин
- б) Ю. Власов
- в) В.Санев
- г) И.Поддубный

**5. Олимпийские игры для спортсменов с ограниченными возможностями называются**

- а) Международные игры
- б) Всемирные игры
- в) Параолимпийские игры
- г) Олимпийские игры

**6. Зимние Олимпийские игры 2014 г. состоялись**

- а) в Новосибирске
- б) в Краснодаре
- в) в Москве
- г) в Сочи.

**7. Летние Олимпийские игры проводятся с частотой**

- а) один раз в 2 года
- б) один раз в 3 года
- в) один раз в 4 года
- г) один раз в 5 лет

**8. Добровольцев, помогающих организаторам во время проведения Олимпийских игр, называют**

- а) болельщик
- б) бойскаут
- в) волонтер
- г) пионер

**9. Первое упоминание в истории об Олимпийских играх Древней Греции состоялось**

- а) в V в. до н.э.
- б) в 776 г. до н.э.
- в) в I в. н.э.
- г) в 394 г. н.э.

**10. Гиподинамия – это следствие**

- а) понижение двигательной активности человека

- б) увеличение двигательной активности человека
- в) нехватка витаминов в организме
- г) чрезмерного питания

11. Легкая атлетика не включает в себя такой вид как

- а) бег
- б) подскоки
- в) метания
- г) прыжки

12. В программу Олимпийских игр для женщин не включены следующие виды

- а) бег с препятствиями
- б) марафон
- в) метание молота
- г) прыжки в длину с разбега

13. Виды легкой атлетики на Олимпийских играх делятся на

- а) классические
- б) смешанные
- в) не классические
- г) избранные

14. Спринтом в легкой атлетике называют

- а) бег на короткие дистанции
- б) бег на длинные дистанции
- в) прыжки в песочную яму
- г) бег на средние дистанции

15. Самый быстрый является бег

- а) барьерный
- б) трусцой
- в) спринтерский
- г) стайерский

16. Ходьба – это вид, требующий проявления

- а) красивой походки
- б) специальной выносливости
- в) координации суставов
- г) анаэробности

17. Эстафетный бег – это вид

- а) одиночный
- б) командный
- в) субъективный
- г) не субъективный

18. К легкоатлетическим видам не относят метание

- а) копья
- б) набивного мяча
- в) молота
- г) диска

19. Метание копья можно проводить

- а) на стадионе
- б) на спортивном городке
- в) в спортивном зале
- г) в манеже

20. При игре в стритболв команде на площадке должно быть игроков

- а) 7
- б) 6
- в) 5

- г) 3
- 21. При игре в футбол в команде на поле должно быть игроков
  - а) 7
  - б) 9
  - + в) 11
  - г) 13
- 22. Упражнения, где сочетаются быстрота и сила, называются:
  - а) общеразвивающими
  - б) собственно-силовыми
  - + в) скоростно-силовыми
  - г) групповыми
- 23. Динамометр служит для измерения показателей:
  - а) роста;
  - б) жизненной емкости легких;
  - + в) силы воли;
  - г) силы кисти.
- 24. К двигательным качествам человека не относят
  - а) подготовленность
  - б) быстроту
  - в) выносливость
  - г) силу
- 25. Цели физкультурно-спортивной деятельности
  - а) барьерные
  - + б) физкультурно-оздоровительные
  - в) игровые
  - г) коммуникативные.

138

Имена творца

- 1 Алексина Е. И. -
- 2 Маранова С. В. - III
- 3 Смирн Е. И. - Судья
- 4 Иванов М. Ю. - судья







1. Двигательная активность человека заключается в

- а) использовании профессионально-прикладных физических упражнений
- б) увеличении мышечных волокон
- в) в применении тренажерных устройств
- г) систематическом использовании двигательных действий для обеспечения жизнедеятельности организма

2. Физическая подготовка – это

- а) процесс воспитания физических качеств и овладения жизненно важными действиями
- б) отдельные стороны двигательных возможностей человека
- в) комплекс морфо - функциональных свойств организма
- г) процесс соревновательной деятельности

3. Организм человека- это

- а) трудящийся общественный индивид
- б) единая саморазвивающаяся и саморегулируемая биологическая система
- в) фенотип
- г) экологический субъект

4. Первым российским олимпийским чемпионом стал

- а) Н.Панин-Коломенкин
- б) Ю. Власов
- в) В.Санеев
- г) И.Поддубный

5. Олимпийские игры для спортсменов с ограниченными возможностями называются

- а) Международные игры
- б) Всемирные игры
- в) Параолимпийские игры
- г) Олимпийские игры

6. Зимние Олимпийские игры 2014 г. состоялись

- а) в Новосибирске
- б) в Краснодаре
- в) в Москве
- г) в Сочи.

7. Летние Олимпийские игры проводятся с частотой

- а) один раз в 2 года
- б) один раз в 3 года
- в) один раз в 4 года
- г) один раз в 5 лет

8. Добровольцев, помогающих организаторам во время проведения Олимпийских игр, называют

- а) болельщик
- б) бойскаут
- в) волонтер
- г) пионер

9. Первое упоминание в истории об Олимпийских играх Древней Греции состоялось

- а) в V в. до н.э.
- б) в 776 г. до н.э.
- в) в I в. н.э.
- г) в 394 г. н.э.

10. Гиподинамия – это следствие

- а) понижение двигательной активности человека

- б) увеличение двигательной активности человека
- в)  нехватка витаминов в организме
- г) чрезмерного питания

11. Легкая атлетика не включает в себя такой вид как

- а) бег
- б)  подскоки
- в) метания
- г) прыжки

12. В программу Олимпийских игр для женщин не включены следующие виды

- а) бег с препятствиями
- б) марафон
- в)  метание молота
- г) прыжки в длину с разбега

13. Виды легкой атлетики на Олимпийских играх делятся на

- а)  классические
- б) смешанные
- в) не классические
- г) избранные

14. Спринтом в легкой атлетике называют

- а)  бег на короткие дистанции
- б) бег на длинные дистанции
- в) прыжки в песочную яму
- г) бег на средние дистанции

15. Самый быстрый является бег

- а) барьерный
- б) трусцой
- в)  спринтерский
- г) стайерский

16. Ходьба – это вид, требующий проявления

- а) красивой походки
- б) специальной выносливости
- в)  координации суставов
- г) анаэробности

17. Эстафетный бег – это вид

- а) одиночный
- б)  командный
- в) субъективный
- г) не субъективный

18. К легкоатлетическим видам не относят метание

- а) копья
- б) набивного мяча
- в)  молота
- г) диска

19. Метание копья можно проводить

- а)  на стадионе
- б) на спортивном городке
- в) в спортивном зале
- г) в манеже

20. При игре в стритбол в команде на площадке должно быть игроков

- а) 7
- б)  6
- в) 5

- г) 3
21. При игре в футбол в команде на поле должно быть игроков
- а) 7
  - б) 9
  - в) 11
  - г) 13
22. Упражнения, где сочетаются быстрота и сила, называются:
- а) общеразвивающими
  - б) собственно-силовыми
  - в) скоростно-силовыми
  - г) групповыми
23. Динамометр служит для измерения показателей:
- а) роста;
  - б) жизненной емкости легких;
  - в) силы воли;
  - г) силы кисти.
24. К двигательным качествам человека не относят
- а) подготовленность
  - б) быстроту
  - в) выносливость
  - г) силу
25. Цели физкультурно-спортивной деятельности
- а) барьерные
  - б) физкультурно-оздоровительные
  - в) игровые
  - г) коммуникативные.

138

Члены жюри:

- 1) Алексеева Е. Ю.
- 2) Шаршова С. А.
- 3) Смирн Е. Н.
- 4) Уваров М. Ю.







**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ**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:

- 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»;
- 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. В физической культуре выделяют следующие формы

- а) адаптация
- б) высшие достижения в области спорта
- в) реадaptация
- г) акселерация

2. К формам физической культуры относят

- а) физическую подготовленность
- б) профессионально-прикладную физическую подготовку
- в) мобилизацию
- г) волевую подготовку

3. Отличительной особенностью спорта по отношению к другим формам физической культуры является

- а) развитие интеллекта
- б) соревновательная деятельность
- в) развитие морфологических характеристик
- г) функциональные нагрузки

4. Физическое совершенство – это

- а) максимально возможная гипертрофия мышечной ткани
- б) отдельные стороны двигательных возможностей человека
- в) исторически обусловленный уровень здоровья, всестороннее развитие физических способностей функционального состояния и психических качеств людей, соответствующий требованиям человеческой деятельности в определенных условиях
- г) педагогический процесс, специфика которого заключается в обучении двигательным действиям и воспитании физических качеств человека

5. К функциям физической культуры не относят

- а) эмоционально – зрелищную
- б) социализации личности
- в) этническую
- г) оздоровительно-рекреативную

6. С биологической точки зрения физическая подготовка представляет процесс

- а) направленной адаптации организма к тренировочным воздействиям
- б) увеличение в организме количества мышц
- в) воспитание характера человека
- г) акселерация

7. Физическое развитие – это

- а) определенные стороны двигательных возможностей человека
- б) комплекс морфо - функциональных возможностей организма
- в) педагогический процесс, на формирование физически совершенного человека
- г) часть общечеловеческой культуры, направленный на разностороннее совершенствование организма

8. Температура тела при выполнении физической работы

- а) несколько повышается
- б) несколько понижается
- в) резко повышается
- г) остается на том же уровне

9. В комплекс утренней гигиенической гимнастике не следует включать упражнения

- а) дыхательные
- б) с предельными отягощениями
- в) на растяжение мышц

- г) на гибкость
- 10. Самостоятельные тренировочные занятия целесообразно строить из частей
  - а) одной
  - + б) трех
  - в) шести
  - г) девяти
- 11. Оптимальный режим двигательной активности старшеклассников для достижения оздоровительного эффекта составляет часов в неделю
  - а) 1
  - б) 2-3
  - + в) 6-8
  - г) 12-14
- 12. Техника физических упражнений – это
  - а) способ применения двигательных действий
  - б) отдельные стороны двигательных способностей человека
  - + в) сбалансированная динамика физической нагрузки
  - г) способы выполнения двигательных действий, с помощью которых эффективно решается двигательная задача
- 13. Сила – это способность человека
  - а) противостоять утомлению
  - + б) преодолевать внешнее сопротивление
  - в) управлять своими движениями
  - г) акселерация
- 14. Выносливость – это способность организма
  - а) выполнять движения в минимальный для данных условий промежуток времени
  - + б) адаптироваться к физическим нагрузкам
  - в) длительное время выполнять мышечную нагрузку, преодолевая наступающее утомление
  - г) быстро разучивать новые движения
- 15. Дистанция в одну стадию равна
  - а) 105 м
  - + б) 192,27 м
  - в) 199,99 м
  - г) 201,01 м
- 16. За появление фазы полета дисквалифицируют в следующем виде легкой атлетике
  - а) беге
  - + б) спортивной ходьбе
  - в) прыжках в высоту
  - г) метании копья
- 17. Финишный створ считается пересеченным, если легкоатлет коснулся плоскости, проведенной от ближнего к старту края финишной линии
  - а) головой
  - + б) шей
  - в) ногой
  - г) туловищем
- 18. Ширина линии разметки на стадионе равна
  - а) 3 см
  - + б) 5 см
  - в) 7 см
  - г) 10 см

19. Главной в метании является

- а) придание снаряду наибольшей скорости вылета
- б) инерция движения
- +  в) «вести» за собой снаряд
- г) время приложения силы

20. Игра в волейбол продолжается

- а) 1-2 партии
- +  б) 3-5 партий
- в) 2-6 партий
- г) 3-6 партий

21. Волейбол по игровой идее и характеру принадлежит к разделу игр с

- а) ловлей мяча
- б) броском мяча
- +  в) отбиванием мяча
- г) ловлей, броском и отбиванием мяча

22. Волейбол - это вид спорта

- а) циклический
- б) сложно-координационный
- +  в) игровой
- г) военно-прикладной

23. Игра в баскетбол не может начаться, если в одной из команд на площадке нет

- а) 4 игроков
- +  б) 5 игроков
- в) 6 игроков
- г) 7 игроков

24. Наиболее благоприятной при обучении плаванию в крытых плавательных бассейнах считается температура воды

- а) + 15-17 градусов С
- б) + 20-21 градус С
- в) + 25-26 градусов С
- г) + 30-32 градуса С

25. В начале XX века в России любители лыж назывались

- а) скользунами
- б) лыжниками - гонщиками
- в) лыжебежцами
- г) гонщиками на лыжак

17

Числа шифры:

1) Алексеев Е. Ю -

2) Смирнов Е. М. - Смирнов

3) Маршова С. В. -

4) Иванов М. Ю. -





## ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

### 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:

- 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»;
- 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. В физической культуре выделяют следующие формы

- а) адаптация
- б) высшие достижения в области спорта
- в) реадaptация
- г) акселерация

2. К формам физической культуры относят

- а) физическую подготовленность
- б) профессионально-прикладную физическую подготовку
- в) мобилизацию
- г) волевою подготовку

3. Отличительной особенностью спорта по отношению к другим формам физической культуры является

- а) развитие интеллекта
- б) соревновательная деятельность
- в) развитие морфологических характеристик
- г) функциональные нагрузки

4. Физическое совершенство – это

- а) максимально возможная гипертрофия мышечной ткани
- б) отдельные стороны двигательных возможностей человека
- в) исторически обусловленный уровень здоровья, всестороннее развитие физических способностей функционального состояния и психических качеств людей, соответствующий требованиям человеческой деятельности в определенных условиях
- г) педагогический процесс, специфика которого заключается в обучении двигательным действиям и воспитании физических качеств человека

5. К функциям физической культуры не относят

- а) эмоционально – зрелищную
- б) социализации личности
- в) этническую
- г) оздоровительно-рекреативную

6. С биологической точки зрения физическая подготовка представляет процесс

- а) направленной адаптации организма к тренировочным воздействиям
- б) увеличение в организме количества мышц
- в) воспитание характера человека
- г) акселерация

7. Физическое развитие – это

- а) определенные стороны двигательных возможностей человека
- б) комплекс морфо - функциональных возможностей организма
- в) педагогический процесс, на формирование физически совершенного человека
- г) часть общечеловеческой культуры, направленный на разностороннее совершенствование организма

8. Температура тела при выполнении физической работы

- а) несколько повышается
- б) несколько понижается
- в) резко повышается
- г) остается на том же уровне

9. В комплексе утренней гигиенической гимнастике не следует включать упражнения

- а) дыхательные
- б) с предельными отягощениями
- в) на растяжение мышц

- г) на гибкость
10. Самостоятельные тренировочные занятия целесообразно строить из частей
- а) одной
  - б) трех
  - в) шести
  - г) девяти
11. Оптимальный режим двигательной активности старшеклассников для достижения оздоровительного эффекта составляет часов в неделю
- а) 1
  - б) 2-3
  - в) 6-8
  - г) 12-14
12. Техника физических упражнений – это
- а) способ применения двигательных действий
  - б) отдельные стороны двигательных способностей человека
  - в) сбалансированная динамика физической нагрузки
  - г) способы выполнения двигательных действий, с помощью которых эффективно решается двигательная задача
13. Сила – это способность человека
- а) противостоять утомлению
  - б) преодолевать внешнее сопротивление
  - в) управлять своими движениями
  - г) акселерация
14. Выносливость – это способность организма
- а) выполнять движения в минимальный для данных условий промежуток времени
  - б) адаптироваться к физическим нагрузкам
  - в) длительное время выполнять мышечную нагрузку, преодолевая наступающее утомление
  - г) быстро разучивать новые движения
15. Дистанция в одну стадию равна
- а) 105 м
  - б) 192,27 м
  - в) 199,99 м
  - г) 201,01 м
16. За появление фазы полета дисквалифицируют в следующем виде легкой атлетике
- а) беге
  - б) спортивной ходьбе
  - в) прыжках в высоту
  - г) метании копья
17. Финишный створ считается пересеченным, если легкоатлет коснулся плоскости, проведенной от ближнего к старту края финишной линии
- а) головой
  - б) шей
  - в) ногой
  - г) туловищем
18. Ширина линии разметки на стадионе равна
- а) 3 см
  - б) 5 см
  - в) 7 см
  - г) 10 см

19. Главной в метании является

- а) придание снаряду наибольшей скорости вылета
- б) инерция движения
- в) «вести» за собой снаряд
- г) время приложения силы

20. Игра в волейбол продолжается

- а) 1-2 партии
- б) 3-5 партий
- в) 2-6 партий
- г) 3-6 партий

21. Волейбол по игровой идее и характеру принадлежит к разделу игр с

- а) ловлей мяча
- б) броском мяча
- в) отбиванием мяча
- г) ловлей, броском и отбиванием мяча

22. Волейбол - это вид спорта

- а) циклический
- б) сложно-координационный
- в) игровой
- г) военно-прикладной

23. Игра в баскетбол не может начаться, если в одной из команд на площадке нет

- а) 4 игроков
- б) 5 игроков
- в) 6 игроков
- г) 7 игроков

24. Наиболее благоприятной при обучении плаванию в крытых плавательных бассейнах считается температура воды

- а) + 15-17 градусов С
- б) + 20-21 градус С
- в) + 25-26 градусов С
- г) + 30-32 градуса С

25. В начале XX века в России любители лыж назывались

- а) скользянами
- б) лыжниками - гонщиками
- в) лыжебежцами
- г) гонщиками на лыжак

18

Итого очков

- 1) Алексеев С. В.
- 2) Самар С. Н. - 100
- 3) Шарашова С. В. - 100
- 4) Шолов М. В. - 100

ФК020705

ТИТУЛЬНЫЙ ЛИСТ

Всероссийская олимпиада школьников

школьный этап

Заполняется ПЕЧАТНЫМИ БУКВАМИ чернилами черного или синего цвета по образцам:

А	Б	В	Г	Д	Е	Ж	З	И	К	Л	М	Н	О	П	Р	С	Т	У	Ф	Х	Ц	Ч	Ш	Щ	Ъ	Ы	Ь	Э	Ю	Я	@	8	9	.
А	В	С	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z	1	2	3	4	5	6	7	0	.

ПРЕДМЕТ Физическая культура КЛАСС 7B

ДАТА 23.09.2024

ШИФР УЧАСТНИКА

[Empty grid for participant ID]

ФАМИЛИЯ Толмачёв  
ИМЯ Константин  
ОТЧЕСТВО Юрьевич

Документ удостоверяющий личность  свидетельство о рождении  паспорт  гражданство Российская Федерация  Иное  
серия [ ] номер [ ]

Дата рождения 17.02.2011

Домашний телефон участника +7 [ ]  
Мобильный телефон участника +7 9286320224  
Электронный адрес участника tolmashov08@bk.ru

Муниципалитет Ставропольский край г. Георгиевск

Сокращенное наименование образовательной организации (школы)

МБОУ гимназия №1 г. Георгиевск

Сведения о педагогах-наставниках

1. Фамилия Скляр  
Имя Елена  
Отчество Николаевна

Сокращенное наименование образовательной организации (школы)

МБОУ гимназия №1 г. Георгиевск

Личная подпись участника  Все поля обязательны к заполнению!



**Теоретико-методические задания**

1. Легкую атлетику называют «королевой спорта» так как она
- а) включает большое количество участников
  - б) является зрелищным видом спорта
  - в) является самой обширной по количеству разыгрываемых комплектов медалей
  - г) самый древний вид спорта
2. Спринтом в легкой атлетике называют
- а) бег на короткие дистанции
  - б) бег на длинные дистанции
  - в) прыжки в песочную яму
  - г) бег на средние дистанции
3. Дистанция в одну стадию равна
- а) 105 м
  - б) 192,27 м
  - в) 199,99 м
  - г) 201,01 м
4. Первые Олимпийские игры современности проведены в
- а) 1870 г.
  - б) 1894 г.
  - в) 1896 г.
  - г) 1904 г.
5. Впервые советские спортсмены-легкоатлеты приняли участие в XV Олимпийских играх в Хельсинки
- а) 1952 г.
  - б) 1960 г.
  - в) 1964 г.
  - г) 1972 г.
6. Бег является составным элементом в
- а) прыжке в длину
  - б) в толкании ядра
  - в) спортивной ходьбе
  - г) метании диска
7. К сложно координационным видам легкой атлетики относятся
- а) барьерный бег
  - б) гладкий бег
  - в) прыжки в длину
  - г) метания
8. Больше всего у стайера развито физическое качество
- а) гибкость
  - б) выносливость
  - в) сила
  - г) скорость
9. Барьерный бег в легкой атлетике по структуре движений является видом
- а) ациклическим
  - б) циклическим
  - в) смешанным
  - г) корреляционным
10. Участник, уронивший эстафетную палочку должен
- а) поднять и передать ее судь

- б) не поднимать палочку  
 в) поднять ее и продолжить бег  
 г) сойти с дистанции
11. Круговая дорожка на стадионе должна иметь длину
- а) 200 м  
 б) 300 м  
 в) 400 м  
 г) 500 м
12. Максимальная длина шипов, разрешенная для использования при синтетическом покрытии в легкой атлетике, составляет
- а) 5 мм  
 б) 7 мм  
 в) 9 мм  
 г) 12 мм
13. Слово «волейбол» означает
- а) «летающий мяч»  
 б) «вольный мяч»  
 в) «ручной мяч»  
 г) «порхающий мяч»
14. Волейбол – это вид спорта
- а) циклический  
 б) сложно-координационный  
 в) военно-прикладной  
 г) игровой
15. Игра в волейбол осуществляется на площадке размером
- а) 9 x 12 м  
 б) 9 x 18 м  
 в) 6 x 12 м  
 г) 6 x 18 м
16. Число игроков одной команды на площадке в игре в волейбол составляет
- а) 4 чел.  
 б) 5 чел.  
 в) 6 чел.  
 г) 7 чел.
17. Высота сетки для игры в волейбол для мужчин составляет
- а) 200 см  
 б) 215 см  
 в) 236 см  
 г) 243 см
18. Высота сетки для игры в волейбол для женщин составляет
- а) 200 см  
 б) 215 см  
 в) 224 см  
 г) 240 см
19. Число игроков одной команды на площадке в игре в баскетбол составляет
- а) 4 чел.  
 б) 5 чел.  
 в) 6 чел.  
 г) 7 чел.
20. Игра в баскетболе состоит из
- а) двух периодов по 25 минут

- б) трех периодов по 15 минут
- в) четырех периодов по 15 минут
- г) четырех периодов по 10 минут

**21. Самый быстрый вид плавания**

- а) брасс
- б) кроль на груди
- в) кроль на спине
- г) баттерфляй

**22. Обучение дыханию в плавании имеет значение**

- а) побочное
- б) главное
- в) второстепенное
- г) информационное

**23. Умение открывать глаза в воде при обучении плаванию имеет значение**

- а) важное
- б) бесполезное
- в) второстепенное
- г) отрицательное

**24. Физическая культура - это**

- а) отдельные стороны двигательных способностей человека
- б) восстановление здоровья человека средствами физической реабилитации
- в) часть общечеловеческой культуры, совокупность материальных и духовных ценностей, издаваемых и используемых обществом в целях физического развития человека, укрепления его здоровья и совершенствования двигательных качеств
- г) педагогический процесс, направленный на обучение двигательным действиям и воспитание физических качеств

**25. Отличительной особенностью спорта по отношению к другим формам физической культуры является**

- а) развитие интеллекта
- б) соревновательная деятельность
- в) развитие морфологических характеристик
- г) функциональные нагрузки

24

Число штрихи

- 1) Алексеева Е. И. -
- 2) Шаранова С. В. - П
- 3) Скляр Е. И. - Соф
- 4) Ураев М. В. - Соф







**Теоретико-методические задания**

1. Легкую атлетику называют «королевой спорта» так как она
- а) включает большое количество участников
  - б) является зрелищным видом спорта
  - в) является самой обширной по количеству разыгрываемых комплектов медалей
  - г) самый древний вид спорта
2. Спринтом в легкой атлетике называют
- а) бег на короткие дистанции
  - б) бег на длинные дистанции
  - в) прыжки в песочную яму
  - г) бег на средние дистанции
3. Дистанция в одну стадию равна
- а) 105 м
  - б) 192,27 м
  - в) 199,99 м
  - г) 201,01 м
4. Первые Олимпийские игры современности проведены в
- а) 1870 г.
  - б) 1894 г.
  - в) 1896 г.
  - г) 1904 г.
5. Впервые советские спортсмены-легкоатлеты приняли участие в XV Олимпийских играх в Хельсинки
- а) 1952 г.
  - б) 1960 г.
  - в) 1964 г.
  - г) 1972 г.
6. Бег является составным элементом в
- а) прыжке в длину
  - б) в толкании ядра
  - в) спортивной ходьбе
  - г) метании диска
7. К сложно координационным видам легкой атлетики относятся
- а) барьерный бег
  - б) гладкий бег
  - в) прыжки в длину
  - г) метания
8. Больше всего у стайера развито физическое качество
- а) гибкость
  - б) выносливость
  - в) сила
  - г) скорость
9. Барьерный бег в легкой атлетике по структуре движений является видом
- а) ациклическим
  - б) циклическим
  - в) смешанным
  - г) корреляционным
10. Участник, уронивший эстафетную палочку должен
- а) поднять и передать ее судь

- б) не поднимать палочку  
+ в) поднять ее и продолжить бег  
г) сойти с дистанции
11. Круговая дорожка на стадионе должна иметь длину  
а) 200 м  
+ б) 300 м  
в) 400 м  
г) 500 м
12. Максимальная длина шипов, разрешенная для использования при синтетическом покрытии в легкой атлетике, составляет  
а) 5 мм  
б) 7 мм  
- в) 9 мм  
г) 12 мм
13. Слово «волейбол» означает  
а) «летающий мяч»  
- б) «вольный мяч»  
в) «ручной мяч»  
г) «порхающий мяч»
14. Волейбол – это вид спорта  
а) циклический  
б) сложно-координационный  
+ в) военно-прикладной  
г) игровой
15. Игра в волейбол осуществляется на площадке размером  
а) 9 x 12 м  
+ б) 9 x 18 м  
в) 6 x 12 м  
г) 6 x 18 м
16. Число игроков одной команды на площадке в игре в волейбол составляет  
а) 4 чел.  
б) 5 чел.  
+ в) 6 чел.  
г) 7 чел.
17. Высота сетки для игры в волейбол для мужчин составляет  
а) 200 см  
- б) 215 см  
в) 236 см  
г) 243 см
18. Высота сетки для игры в волейбол для женщин составляет  
а) 200 см  
- б) 215 см  
в) 224 см  
г) 240 см
19. Число игроков одной команды на площадке в игре в баскетбол составляет  
а) 4 чел.  
- б) 5 чел.  
в) 6 чел.  
г) 7 чел.
20. Игра в баскетболе состоит из  
- а) двух периодов по 25 минут

- б) трех периодов по 15 минут
- в) четырех периодов по 15 минут
- г) четырех периодов по 10 минут

**21. Самый быстрый вид плавания**

- а) брасс
- б) кроль на груди
- в) кроль на спине
- г) баттерфляй

**22. Обучение дыханию в плавании имеет значение**

- а) побочное
- + б) главное
- в) второстепенное
- г) информационное

**23. Умение открывать глаза в воде при обучении плаванию имеет значение**

- а) важное
- б) бесполезное
- в) второстепенное
- г) отрицательное

**24. Физическая культура - это**

- а) отдельные стороны двигательных способностей человека
- б) восстановление здоровья человека средствами физической реабилитации
- в) часть общечеловеческой культуры, совокупность материальных и духовных ценностей, издаваемых и используемых обществом в целях физического развития человека, укрепления его здоровья и совершенствования двигательных качеств
- г) педагогический процесс, направленный на обучение двигательным действиям и воспитание физических качеств

**25. Отличительной особенностью спорта по отношению к другим формам физической культуры является**

- + а) развитие интеллекта
- б) соревновательная деятельность
- в) развитие морфологических характеристик
- г) функциональные нагрузки

198

Число очков

- 1) Ахмедов С. И. -
- 2) Маронова С. А. - 100
- 3) Иванов М. И. - 100
- 4) Смирнов С. И. - 100







### Теоретико-методические задания

1. Легкую атлетику называют «королевой спорта» так как она
  - а) включает большое количество участников
  - б) является зрелищным видом спорта
  - в) является самой обширной по количеству разыгрываемых комплектов медалей
  - г) самый древний вид спорта
2. Спринтом в легкой атлетике называют
  - а) бег на короткие дистанции
  - б) бег на длинные дистанции
  - в) прыжки в песочную яму
  - г) бег на средние дистанции
3. Дистанция в одну стадию равна
  - а) 105 м
  - б) 192,27 м
  - в) 199,99 м
  - г) 201,01 м
4. Первые Олимпийские игры современности проведены в
  - а) 1870 г.
  - б) 1894 г.
  - в) 1896 г.
  - г) 1904 г.
5. Впервые советские спортсмены-легкоатлеты приняли участие в XV Олимпийских играх в Хельсинки
  - а) 1952 г.
  - б) 1960 г.
  - в) 1964 г.
  - г) 1972 г.
6. Бег является составным элементом в
  - а) прыжке в длину
  - б) в толкании ядра
  - в) спортивной ходьбе
  - г) метании диска
7. К сложно координационным видам легкой атлетики относятся
  - а) барьерный бег
  - б) гладкий бег
  - в) прыжки в длину
  - г) метания
8. Больше всего у стайера развито физическое качество
  - а) гибкость
  - б) выносливость
  - в) сила
  - г) скорость
9. Барьерный бег в легкой атлетике по структуре движений является видом
  - а) ациклическим
  - б) циклическим
  - в) смешанным
  - г) корреляционным
10. Участник, уронивший эстафетную палочку должен
  - а) поднять и передать ее судь

- + б) не поднимать палочку  
в) поднять ее и продолжить бег  
г) сойти с дистанции
11. Круговая дорожка на стадионе должна иметь длину  
а) 200 м  
+ б) 300 м  
в) 400 м  
г) 500 м
12. Максимальная длина шипов, разрешенная для использования при синтетическом покрытии в легкой атлетике, составляет  
а) 5 мм  
- б) 7 мм  
в) 9 мм  
г) 12 мм
13. Слово «волейбол» означает  
а) «летающий мяч»  
+ б) «вольный мяч»  
в) «ручной мяч»  
г) «порхающий мяч»
14. Волейбол – это вид спорта  
а) циклический  
+ б) сложно-координационный  
в) военно-прикладной  
г) игровой
15. Игра в волейбол осуществляется на площадке размером  
а) 9 x 12 м  
+ б) 9 x 18 м  
в) 6 x 12 м  
г) 6 x 18 м
16. Число игроков одной команды на площадке в игре в волейбол составляет  
а) 4 чел.  
- б) 5 чел.  
в) 6 чел.  
г) 7 чел.
17. Высота сетки для игры в волейбол для мужчин составляет  
а) 200 см  
+ б) 215 см  
в) 236 см  
г) 243 см
18. Высота сетки для игры в волейбол для женщины составляет  
а) 200 см  
- б) 215 см  
в) 224 см  
г) 240 см
19. Число игроков одной команды на площадке в игре в баскетбол составляет  
а) 4 чел.  
- б) 5 чел.  
в) 6 чел.  
г) 7 чел.
20. Игра в баскетболе состоит из  
- а) двух периодов по 25 минут

- б) трех периодов по 15 минут
- в) четырех периодов по 15 минут
- г) четырех периодов по 10 минут

21. Самый быстрый вид плавания

- а) брасс
- б) кроль на груди
- в) кроль на спине
- г) баттерфляй

22. Обучение дыханию в плавании имеет значение

- а) побочное
- б) главное
- в) второстепенное
- г) информационное

23. Умение открывать глаза в воде при обучении плаванию имеет значение

- а) важное
- б) бесполезное
- в) второстепенное
- г) отрицательное

24. Физическая культура - это

- а) отдельные стороны двигательных способностей человека
- б) восстановление здоровья человека средствами физической реабилитации
- в) часть общечеловеческой культуры, совокупность материальных и духовных ценностей, издаваемых и используемых обществом в целях физического развития человека, укрепления его здоровья и совершенствования двигательных качеств
- г) педагогический процесс, направленный на обучение двигательным действиям и воспитание физических качеств

25. Отличительной особенностью спорта по отношению к другим формам физической культуры является

- а) развитие интеллекта
- б) соревновательная деятельность
- в) развитие морфологических характеристик
- г) функциональные нагрузки

108

Число ответов:

1. Акимов Д.Ю -
2. Маранова С.В. *SM*
3. Смирн Е.Н. - *SM*
4. Мамов М. Ю *SM*
5. Соломова И.В. - *SM*



ФКО20815

## ТИТУЛЬНЫЙ ЛИСТ

Всероссийская олимпиада школьников

школьный этап

Заполняется ПЕЧАТНЫМИ БУКВАМИ чернилами черного или синего цвета по образцам:

А	Б	В	Г	Д	Е	Ж	З	И	К	Л	М	Н	О	П	Р	С	Т	У	Ф	Х	Ц	Ч	Ш	Щ	Ъ	Ы	Ь	Э	Ю	Я	@	8	9	.
A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z	1	2	3	4	5	6	7	0	.

ПРЕДМЕТ



**Теоретико-методические задания**

1. Легкую атлетику называют «королевой спорта» так как она
  - а) включает большое количество участников
  - б) является зрелищным видом спорта
  - + в) является самой обширной по количеству разыгрываемых комплектов медалей
  - г) самый древний вид спорта
2. Спринтом в легкой атлетике называют
  - + а) бег на короткие дистанции
  - б) бег на длинные дистанции
  - в) прыжки в песочную яму
  - г) бег на средние дистанции
3. Дистанция в одну стадию равна
  - а) 105 м
  - б) 192,27 м
  - в) 199,99 м
  - г) 201,01 м
4. Первые Олимпийские игры современности проведены в
  - а) 1870 г.
  - б) 1894 г.
  - в) 1896 г.
  - г) 1904 г.
5. Впервые советские спортсмены-легкоатлеты приняли участие в XV Олимпийских играх в Хельсинки
  - а) 1952 г.
  - б) 1960 г.
  - в) 1964 г.
  - г) 1972 г.
6. Бег является составным элементом в
  - а) прыжке в длину
  - б) в толкании ядра
  - в) спортивной ходьбе
  - г) метании диска
7. К сложно координационным видам легкой атлетики относятся
  - + а) барьерный бег
  - б) гладкий бег
  - в) прыжки в длину
  - г) метания
8. Больше всего у стайера развито физическое качество
  - а) гибкость
  - + б) выносливость
  - в) сила
  - г) скорость
9. Барьерный бег в легкой атлетике по структуре движений является видом
  - а) ациклическим
  - б) циклическим
  - в) смешанным
  - г) корреляционным
10. Участник, уронивший эстафетную палочку должен
  - а) поднять и передать ее судьбе

- б) не поднимать палочку  
в) поднять ее и продолжить бег  
г) сойти с дистанции
11. Круговая дорожка на стадионе должна иметь длину
- а) 200 м  
б) 300 м  
в) 400 м  
г) 500 м
12. Максимальная длина шипов, разрешенная для использования при синтетическом покрытии в легкой атлетике, составляет
- а) 5 мм  
б) 7 мм  
в) 9 мм  
г) 12 мм
13. Слово «волейбол» означает
- а) «летающий мяч»  
б) «вольный мяч»  
в) «ручной мяч»  
г) «порхающий мяч»
14. Волейбол – это вид спорта
- а) циклический  
б) сложно-координационный  
в) военно-прикладной  
г) игровой
15. Игра в волейбол осуществляется на площадке размером
- а) 9 x 12 м  
б) 9 x 18 м  
в) 6 x 12 м  
г) 6 x 18 м
16. Число игроков одной команды на площадке в игре в волейбол составляет
- а) 4 чел.  
б) 5 чел.  
в) 6 чел.  
г) 7 чел.
17. Высота сетки для игры в волейбол для мужчин составляет
- а) 200 см  
б) 215 см  
в) 236 см  
г) 243 см
18. Высота сетки для игры в волейбол для женщин составляет
- а) 200 см  
б) 215 см  
в) 224 см  
г) 240 см
19. Число игроков одной команды на площадке в игре в баскетбол составляет
- а) 4 чел.  
б) 5 чел.  
в) 6 чел.  
г) 7 чел.
20. Игра в баскетболе состоит из
- а) двух периодов по 25 минут

- б) трех периодов по 15 минут
- + в)  четырех периодов по 15 минут
- г) четырех периодов по 10 минут

21. Самый быстрый вид плавания

- а) брасс
- б) кроль на груди
- в) кроль на спине
- + в)  баттерфляй

22. Обучение дыханию в плавании имеет значение

- а) побочное
- б)  главное
- + в) второстепенное
- г) информационное

23. Умение открывать глаза в воде при обучении плаванию имеет значение

- а)  важное
- + б) бесполезное
- в) второстепенное
- г) отрицательное

24. Физическая культура - это

- а) отдельные стороны двигательных способностей человека
- б) восстановление здоровья человека средствами физической реабилитации
- + в)  часть общечеловеческой культуры, совокупность материальных и духовных ценностей, издаваемых и используемых обществом в целях физического развития человека, укрепления его здоровья и совершенствования двигательных качеств
- г) педагогический процесс, направленный на обучение двигательным действиям и воспитание физических качеств

25. Отличительной особенностью спорта по отношению к другим формам физической культуры является

- а) развитие интеллекта
- б) соревновательная деятельность
- в) развитие морфологических характеристик
- г)  функциональные нагрузки

108

Члены жюри

1. Александр Е.Ю -
2. Тарасова С.В -
3. Смирнов Е.Н -
4. Шкотов М.Ю -
5. Солонина Н.В -



ФКО20812

ТИТУЛЬНЫЙ ЛИСТ

Всероссийская олимпиада школьников

школьный этап

Заполняется ПЕЧАТНЫМИ БУКВАМИ чернилами черного или синего цвета по образцам:

А	Б	В	Г	Д	Е	Ж	З	И	К	Л	М	Н	О	П	Р	С	Т	У	Ф	Х	Ц	Ч	Ш	Щ	Ъ	Ы	Ь	Э	Ю	Я	@	8	9	.
А	В	С	Д	Е	Г	Н	І	Ј	К	Л	М	Н	О	Р	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z	1	2	3	4	5	6	7	0	.	

ПРЕДМЕТ Физическая культура КЛАСС 8 В

ДАТА 23.09.2024

ШИФР УЧАСТНИКА

[Empty grid for participant code]

ФАМИЛИЯ АУБЕНКО  
ИМЯ ПЛАТОН  
ОТЧЕСТВО АНДРЕЕВИЧ

Документ удостоверяющий личность

свидетельство о рождении

паспорт

Гражданство

Российская Федерация

серия           

номер           

Иное

Дата рождения 13.04.2010

Домашний телефон участника +7           

Мобильный телефон участника +7 9282511033

Электронный адрес участника           

Муниципалитет ГЕОРГИЕВСКИЙ ГОРСКОЙ ОДРУГ

Сокращенное наименование образовательной организации (школы)

МБОУ ГИМНАЗИЯ №2 г.ГЕОРГИЕВСКА

Сведения о педагогах-наставниках

1. Фамилия СЛАВ  
Имя ЕЛЕНА  
Отчество НИКОЛАЕВНА

Сокращенное наименование образовательной организации (школы)

[Empty box for school name]

Личная подпись участника Аубенко Все поля обязательны к заполнению!



### Теоретико-методические задания

1. Легкую атлетику называют «королевой спорта» так как она
  - а) включает большое количество участников
  - б) является зрелищным видом спорта
  - + в) является самой обширной по количеству разыгрываемых комплектов медалей
  - г) самый древний вид спорта
2. Спринтом в легкой атлетике называют
  - + а) бег на короткие дистанции
  - б) бег на длинные дистанции
  - в) прыжки в песочную яму
  - г) бег на средние дистанции
3. Дистанция в одну стадию равна
  - а) 105 м
  - + б) 192,27 м
  - в) 199,99 м
  - г) 201,01 м
4. Первые Олимпийские игры современности проведены в
  - а) 1870 г.
  - б) 1894 г.
  - в) 1896 г.
  - г) 1904 г.
5. Впервые советские спортсмены-легкоатлеты приняли участие в XV Олимпийских играх в Хельсинки
  - + а) 1952 г.
  - б) 1960 г.
  - в) 1964 г.
  - г) 1972 г.
6. Бег является составным элементом в
  - + а) прыжке в длину
  - б) в толкании ядра
  - в) спортивной ходьбе
  - г) метании диска
7. К сложно координационным видам легкой атлетики относится
  - а) барьерный бег
  - б) гладкий бег
  - в) прыжки в длину
  - г) метания
8. Больше всего у стайера развито физическое качество
  - а) гибкость
  - б) выносливость
  - в) сила
  - г) скорость
9. Барьерный бег в легкой атлетике по структуре движений является видом
  - а) ациклическим
  - б) циклическим
  - в) смешанным
  - г) корреляционным
10. Участник, уронивший эстафетную палочку должен
  - а) поднять и передать ее судь

- б) не поднимать палочку  
 в) поднять ее и продолжить бег  
 г) сойти с дистанции
11. Круговая дорожка на стадионе должна иметь длину  
а) 200 м  
 б) 300 м  
 в) 400 м  
 г) 500 м
12. Максимальная длина шипов, разрешенная для использования при синтетическом покрытии в легкой атлетике, составляет  
а) 5 мм  
 б) 7 мм  
 в) 9 мм  
 г) 12 мм
13. Слово «волейбол» означает  
а) «летающий мяч»  
б) «вольный мяч»  
 в) «ручной мяч»  
г) «порхающий мяч»
14. Волейбол – это вид спорта  
а) циклический  
 б) сложно-координационный  
 в) военно-прикладной  
 г) игровой
15. Игра в волейбол осуществляется на площадке размером  
а) 9 x 12 м  
 б) 9 x 18 м  
 в) 6 x 12 м  
 г) 6 x 18 м
16. Число игроков одной команды на площадке в игре в волейбол составляет  
а) 4 чел.  
 б) 5 чел.  
 в) 6 чел.  
 г) 7 чел.
17. Высота сетки для игры в волейбол для мужчин составляет  
а) 200 см  
 б) 215 см  
 в) 236 см  
 г) 243 см
18. Высота сетки для игры в волейбол для женщин составляет  
а) 200 см  
 б) 215 см  
 в) 224 см  
 г) 240 см
19. Число игроков одной команды на площадке в игре в баскетбол составляет  
а) 4 чел.  
 б) 5 чел.  
 в) 6 чел.  
 г) 7 чел.
20. Игра в баскетболе состоит из  
а) двух периодов по 25 минут

- б) трех периодов по 15 минут  
 — в) четырех периодов по 15 минут  
 г) четырех периодов по 10 минут
- 21. Самый быстрый вид плавания**  
 а) брасс  
 б) кроль на груди  
 в) кроль на спине  
 — г) баттерфляй
- 22. Обучение дыханию в плавании имеет значение**  
 а) побочное  
 + б) главное  
 в) второстепенное  
 г) информационное
- 23. Умение открывать глаза в воде при обучении плаванию имеет значение**  
 а) важное  
 — б) бесполезное  
 в) второстепенное  
 г) отрицательное
- 24. Физическая культура - это**  
 а) отдельные стороны двигательных способностей человека  
 б) восстановление здоровья человека средствами физической реабилитации  
 + в) часть общечеловеческой культуры, совокупность материальных и духовных ценностей, издаваемых и используемых обществом в целях физического развития человека, укрепления его здоровья и совершенствования двигательных качеств  
 г) педагогический процесс, направленный на обучение двигательным действиям и воспитание физических качеств
- 25. Отличительной особенностью спорта по отношению к другим формам физической культуры является**  
 а) развитие интеллекта  
 б) соревновательная деятельность  
 — в) развитие морфологических характеристик  
 г) функциональные нагрузки

95

Мини шоры:

1. Аммана Е. Ю -
2. Тарасова С. В. - Ж
3. Смирн Е. Н. - Сирн
4. Шамов М. Ю - Шамов
5. Солмова И. А - Солмова







## ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

### 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:

- 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»;
- 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. В физической культуре выделяют следующие формы

- а) адаптация
- + б) высшие достижения в области спорта
- в) реадaptация
- г) акселерация

2. К формам физической культуры относят

- а) физическую подготовленность
- + б) профессионально-прикладную физическую подготовку
- в) мобилизацию
- г) волевою подготовку

3. Отличительной особенностью спорта по отношению к другим формам физической культуры является

- а) развитие интеллекта
- б) соревновательная деятельность
- в) развитие морфологических характеристик
- г) функциональные нагрузки

4. Физическое совершенство – это

- а) максимально возможная гипертрофия мышечной ткани
- б) отдельные стороны двигательных возможностей человека
- + в) исторически обусловленный уровень здоровья, всестороннее развитие физических способностей функционального состояния и психических качеств людей, соответствующий требованиям человеческой деятельности в определенных условиях
- г) педагогический процесс, специфика которого заключается в обучении двигательным действиям и воспитании физических качеств человека

5. К функциям физической культуры не относят

- а) эмоционально – зрелищную
- + б) социализации личности
- в) этническую
- г) оздоровительно-рекреативную

6. С биологической точки зрения физическая подготовка представляет процесс

- а) направленной адаптации организма к тренировочным воздействиям
- + б) увеличение в организме количества мышц
- в) воспитание характера человека
- г) акселерация

7. Физическое развитие – это

- а) определенные стороны двигательных возможностей человека
- б) комплекс морфо - функциональных возможностей организма
- в) педагогический процесс, на формирование физически совершенного человека
- г) часть общечеловеческой культуры, направленный на разностороннее совершенствование организма

8. Температура тела при выполнении физической работы

- а) несколько повышается
- + б) несколько понижается
- в) резко повышается
- г) остается на том же уровне

9. В комплекс утренней гигиенической гимнастике не следует включать упражнения

- а) дыхательные
- + б) с предельными отягощениями
- в) на растяжение мышц

г) на гибкость

10. Самостоятельные тренировочные занятия целесообразно строить из частей

а) одной

+  б) трех

в) шести

г) девяти

11. Оптимальный режим двигательной активности старшеклассников для достижения оздоровительного эффекта составляет часов в неделю

а) 1

+  б) 2-3

в) 6-8

г) 12-14

12. Техника физических упражнений – это

а) способ применения двигательных действий

б) отдельные стороны двигательных способностей человека

в) сбалансированная динамика физической нагрузки

г) способы выполнения двигательных действий, с помощью которых эффективно решается двигательная задача

13. Сила – это способность человека

а) противостоять утомлению

+  б) преодолевать внешнее сопротивление

в) управлять своими движениями

г) акселерация

14. Выносливость – это способность организма

а) выполнять движения в минимальный для данных условий промежуток времени

+  б) адаптироваться к физическим нагрузкам

в) длительное время выполнять мышечную нагрузку, преодолевая наступающее утомление

г) быстро разучивать новые движения

15. Дистанция в одну стадию равна

а) 105 м

+  б) 192,27 м

в) 199,99 м

г) 201,01 м

16. За появление фазы полета дисквалифицируют в следующем виде легкой атлетике

а) беге

+  б) спортивной ходьбе

в) прыжках в высоту

г) метании копья

17. Финишный створ считается пересеченным, если легкоатлет коснулся плоскости, проведенной от ближнего к старту края финишной линии

а) головой

+  б) шей

в) ногой

г) туловищем

18. Ширина линии разметки на стадионе равна

а) 3 см

+  б) 5 см

в) 7 см

г) 10 см

19. Главной в метании является

- а) придание снаряду наибольшей скорости вылета
- б) инерция движения
- в) «вести» за собой снаряд
- г) время приложения силы

20. Игра в волейбол продолжается

- а) 1-2 партии
- б) 3-5 партий
- в) 2-6 партий
- г) 3-6 партий

21. Волейбол по игровой идее и характеру принадлежит к разделу игр с

- а) ловлей мяча
- б) броском мяча
- в) отбиванием мяча
- г) ловлей, броском и отбиванием мяча

22. Волейбол - это вид спорта

- а) циклический
- б) сложно-координационный
- в) игровой
- г) военно-прикладной

23. Игра в баскетбол не может начаться, если в одной из команд на площадке нет

- а) 4 игроков
- б) 5 игроков
- в) 6 игроков
- г) 7 игроков

24. Наиболее благоприятной при обучении плаванию в крытых плавательных бассейнах считается температура воды

- а) + 15-17 градусов С
- б) + 20-21 градус С
- в) + 25-26 градусов С
- г) + 30-32 градуса С

25. В начале XX века в России любители лыж назывались

- а) скользянами
- б) лыжниками - гонщиками
- в) лыжебежцами
- г) гонщиками на лыжак

19

- Члены жюри
1. Алексеев Е. Ю -
  2. Тарасов С. В -
  3. Смирнов Е. И -
  4. Уваров И. Ю -
  5. Волков И. В -





## ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

### 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:

- 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»;
- 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. В физической культуре выделяют следующие формы

- а) адаптация
- б) высшие достижения в области спорта
- в) реадaptация
- г) акселерация

2. К формам физической культуры относят

- а) физическую подготовленность
- б) профессионально-прикладную физическую подготовку
- в) мобилизацию
- г) волевою подготовку

3. Отличительной особенностью спорта по отношению к другим формам физической культуры является

- а) развитие интеллекта
- б) соревновательная деятельность
- в) развитие морфологических характеристик
- г) функциональные нагрузки

4. Физическое совершенство – это

- а) максимально возможная гипертрофия мышечной ткани
- б) отдельные стороны двигательных возможностей человека
- в) исторически обусловленный уровень здоровья, всестороннее развитие физических способностей функционального состояния и психических качеств людей, соответствующий требованиям человеческой деятельности в определенных условиях
- г) педагогический процесс, специфика которого заключается в обучении двигательным действиям и воспитании физических качеств человека

5. К функциям физической культуры не относят

- а) эмоционально – зрелищную
- б) социализации личности
- в) этническую
- г) оздоровительно-рекреативную

6. С биологической точки зрения физическая подготовка представляет процесс

- а) направленной адаптации организма к тренировочным воздействиям
- б) увеличение в организме количества мышц
- в) воспитание характера человека
- г) акселерация

7. Физическое развитие – это

- а) определенные стороны двигательных возможностей человека
- б) комплекс морфо - функциональных возможностей организма
- в) педагогический процесс, на формирование физически совершенного человека
- г) часть общечеловеческой культуры, направленный на разностороннее совершенствование организма

8. Температура тела при выполнении физической работы

- а) несколько повышается
- б) несколько понижается
- в) резко повышается
- г) остается на том же уровне

9. В комплексе утренней гигиенической гимнастике не следует включать упражнения

- а) дыхательные
- б) с предельными отягощениями
- в) на растяжение мышц

г) на гибкость

10. Самостоятельные тренировочные занятия целесообразно строить из частей

- а) одной
- б) трех
- в) шести
- г) девяти

11. Оптимальный режим двигательной активности старшеклассников для достижения оздоровительного эффекта составляет часов в неделю

- а) 1
- б) 2-3
- в) 6-8
- г) 12-14

12. Техника физических упражнений – это

- а) способ применения двигательных действий
- б) отдельные стороны двигательных способностей человека
- в) сбалансированная динамика физической нагрузки
- г) способы выполнения двигательных действий, с помощью которых эффективно решается двигательная задача

13. Сила – это способность человека

- а) противостоять утомлению
- б) преодолевать внешнее сопротивление
- в) управлять своими движениями
- г) акселерация

14. Выносливость – это способность организма

- а) выполнять движения в минимальный для данных условий промежуток времени
- б) адаптироваться к физическим нагрузкам
- в) длительное время выполнять мышечную нагрузку, преодолевая наступающее утомление
- г) быстро разучивать новые движения

15. Дистанция в одну стадию равна

- а) 105 м
- б) 192,27 м
- в) 199,99 м
- г) 201,01 м

16. За появление фазы полета дисквалифицируют в следующем виде легкой атлетике

- а) беге
- б) спортивной ходьбе
- в) прыжках в высоту
- г) метании копья

17. Финишный створ считается пересеченным, если легкоатлет коснулся плоскости, проведенной от ближнего к старту края финишной линии

- а) головой
- б) шей
- в) ногой
- г) туловищем

18. Ширина линии разметки на стадионе равна

- а) 3 см
- б) 5 см
- в) 7 см
- г) 10 см

## 19. Главной в метании является

- а) придание снаряду наибольшей скорости вылета  
 б) инерция движения  
 в) «вести» за собой снаряд  
 г) время приложения силы

## 20. Игра в волейбол продолжается

- а) 1-2 партии  
 б) 3-5 партий  
 в) 2-6 партий  
 г) 3-6 партий

## 21. Волейбол по игровой идее и характеру принадлежит к разделу игр с

- а) ловлей мяча  
 б) броском мяча  
 в) отбиванием мяча  
 г) ловлей, броском и отбиванием мяча

## 22. Волейбол - это вид спорта

- а) циклический  
 б) сложно-координационный  
 в) игровой  
 г) военно-прикладной

## 23. Игра в баскетбол не может начаться, если в одной из команд на площадке нет

- а) 4 игроков  
 б) 5 игроков  
 в) 6 игроков  
 г) 7 игроков

## 24. Наиболее благоприятной при обучении плаванию в крытых плавательных бассейнах считается температура воды

- а) + 15-17 градусов С  
 б) + 20-21 градус С  
 в) + 25-26 градусов С  
 г) + 30-32 градуса С

## 25. В начале XX века в России любители лыж назывались

- а) скользянами  
 б) лыжниками - гонщиками  
 в) лыжебежцами  
 г) гонщиками на лыжак

105

Листы жюри

- 1) Акимов Е.В.  
 2) Тарасова Р.В. - Д  
 3) Смирн Е.Н. - С  
 4) Малов М.В. - Д  
 5) Солосова И.А. - Д





## ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

### 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:

- 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»;
- 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. В физической культуре выделяют следующие формы

- а) адаптация
- б) высшие достижения в области спорта
- в) реадaptация
- г) акселерация

2. К формам физической культуры относят

- а) физическую подготовленность
- б) профессионально-прикладную физическую подготовку
- в) мобилизацию
- г) волевою подготовку

3. Отличительной особенностью спорта по отношению к другим формам физической культуры является

- а) развитие интеллекта
- б) соревновательная деятельность
- в) развитие морфологических характеристик
- г) функциональные нагрузки

4. Физическое совершенство – это

- а) максимально возможная гипертрофия мышечной ткани
- б) отдельные стороны двигательных возможностей человека
- в) исторически обусловленный уровень здоровья, всестороннее развитие физических способностей функционального состояния и психических качеств людей, соответствующий требованиям человеческой деятельности в определенных условиях
- г) педагогический процесс, специфика которого заключается в обучении двигательным действиям и воспитании физических качеств человека

5. К функциям физической культуры не относят

- а) эмоционально – зрелищную
- б) социализации личности
- в) этническую
- г) оздоровительно-рекреативную

6. С биологической точки зрения физическая подготовка представляет процесс

- а) направленной адаптации организма к тренировочным воздействиям
- б) увеличение в организме количества мышц
- в) воспитание характера человека
- г) акселерация

7. Физическое развитие – это

- а) определенные стороны двигательных возможностей человека
- б) комплекс морфо - функциональных возможностей организма
- в) педагогический процесс, на формирование физически совершенного человека
- г) часть общечеловеческой культуры, направленный на разностороннее совершенствование организма

8. Температура тела при выполнении физической работы

- а) несколько повышается
- б) несколько понижается
- в) резко повышается
- г) остается на том же уровне

9. В комплекс утренней гигиенической гимнастике не следует включать упражнения

- а) дыхательные
- б) с предельными отягощениями
- в) на растяжение мышц

- г) на гибкость
10. Самостоятельные тренировочные занятия целесообразно строить из частей
- а) одной
  - б) трех
  - в) шести
  - г) девяти
11. Оптимальный режим двигательной активности старшеклассников для достижения оздоровительного эффекта составляет часов в неделю
- а) 1
  - б) 2-3
  - в) 6-8
  - г) 12-14
12. Техника физических упражнений – это
- а) способ применения двигательных действий
  - б) отдельные стороны двигательных способностей человека
  - в) сбалансированная динамика физической нагрузки
  - г) способы выполнения двигательных действий, с помощью которых эффективно решается двигательная задача
13. Сила – это способность человека
- а) противостоять утомлению
  - б) преодолевать внешнее сопротивление
  - в) управлять своими движениями
  - г) акселерация
14. Выносливость – это способность организма
- а) выполнять движения в минимальный для данных условий промежуток времени
  - б) адаптироваться к физическим нагрузкам
  - в) длительное время выполнять мышечную нагрузку, преодолевая наступающее утомление
  - г) быстро разучивать новые движения
15. Дистанция в одну стадию равна
- а) 105 м
  - б) 192,27 м
  - в) 199,99 м
  - г) 201,01 м
16. За появление фазы полета дисквалифицируют в следующем виде легкой атлетике
- а) беге
  - б) спортивной ходьбе
  - в) прыжках в высоту
  - г) метании копья
17. Финишный створ считается пересеченным, если легкоатлет коснулся плоскости, проведенной от ближнего к старту края финишной линии
- а) головой
  - б) шеей
  - в) ногой
  - г) туловищем
18. Ширина линии разметки на стадионе равна
- а) 3 см
  - б) 5 см
  - в) 7 см
  - г) 10 см

19. Главной в метании является

- +  а) придание снаряду наибольшей скорости вылета  
 б) инерция движения  
 в) «вести» за собой снаряд  
 г) время приложения силы

20. Игра в волейбол продолжается

- +  а) 1-2 партии  
 б) 3-5 партий  
 в) 2-6 партий  
 г) 3-6 партий

21. Волейбол по игровой идее и характеру принадлежит к разделу игр с

- +  а) ловлей мяча  
 б) броском мяча  
 в) отбиванием мяча  
 г) ловлей, броском и отбиванием мяча

22. Волейбол - это вид спорта

- а) циклический  
 б) сложно-координационный  
 в) игровой  
 г) военно-прикладной

23. Игра в баскетбол не может начаться, если в одной из команд на площадке нет

- а) 4 игроков  
 б) 5 игроков  
 в) 6 игроков  
 г) 7 игроков

24. Наиболее благоприятной при обучении плаванию в крытых плавательных бассейнах считается температура воды

- а) + 15-17 градусов С  
 б) + 20-21 градус С  
 в) + 25-26 градусов С  
 г) + 30-32 градуса С

25. В начале XX века в России любители лыж назывались

- +  а) скользянами  
 б) лыжниками - гонщиками  
 в) лыжбежцами  
 г) гонщиками на лыжак

106

Имена жюри:

- 1) Александр Е. И. -
- 2) Тарасова С. В. -
- 3) Смирнов Е. И. -
- 4) Шолов М. И. -
- 5) Солосвет И. В. -





## ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

### 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:

- 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»;
- 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. В физической культуре выделяют следующие формы

- а) адаптация
- + б) высшие достижения в области спорта
- в) реадaptация
- г) акселерация

2. К формам физической культуры относят

- а) физическую подготовленность
- + б) профессионально-прикладную физическую подготовку
- в) мобилизацию
- г) волевою подготовку

3. Отличительной особенностью спорта по отношению к другим формам физической культуры является

- а) развитие интеллекта
- б) соревновательная деятельность
- в) развитие морфологических характеристик
- + г) функциональные нагрузки

4. Физическое совершенство – это

- а) максимально возможная гипертрофия мышечной ткани
- б) отдельные стороны двигательных возможностей человека
- + в) исторически обусловленный уровень здоровья, всестороннее развитие физических способностей функционального состояния и психических качеств людей, соответствующий требованиям человеческой деятельности в определенных условиях
- г) педагогический процесс, специфика которого заключается в обучении двигательным действиям и воспитании физических качеств человека

5. К функциям физической культуры не относят

- а) эмоционально – зрелищную
- б) социализации личности
- в) этническую
- + г) оздоровительно-рекреативную

6. С биологической точки зрения физическая подготовка представляет процесс

- + а) направленной адаптации организма к тренировочным воздействиям
- б) увеличение в организме количества мышц
- в) воспитание характера человека
- г) акселерация

7. Физическое развитие – это

- а) определенные стороны двигательных возможностей человека
- б) комплекс морфо - функциональных возможностей организма
- + в) педагогический процесс, на формирование физически совершенного человека
- г) часть общечеловеческой культуры, направленный на разностороннее совершенствование организма

8. Температура тела при выполнении физической работы

- + а) несколько повышается
- б) несколько понижается
- в) резко повышается
- г) остается на том же уровне

9. В комплекс утренней гигиенической гимнастике не следует включать упражнения

- + а) дыхательные
- б) с предельными отягощениями
- в) на растяжение мышц

г) на гибкость

10. Самостоятельные тренировочные занятия целесообразно строить из частей

- а) одной
- б) трех
- в) шести
- г) девяти

11. Оптимальный режим двигательной активности старшеклассников для достижения оздоровительного эффекта составляет часов в неделю

- а) 1
- б) 2-3
- в) 6-8
- г) 12-14

12. Техника физических упражнений – это

- а) способ применения двигательных действий
- б) отдельные стороны двигательных способностей человека
- в) сбалансированная динамика физической нагрузки
- г) способы выполнения двигательных действий, с помощью которых эффективно решается двигательная задача

13. Сила – это способность человека

- а) противостоять утомлению
- б) преодолевать внешнее сопротивление
- в) управлять своими движениями
- г) акселерация

14. Выносливость – это способность организма

- а) выполнять движения в минимальный для данных условий промежуток времени
- б) адаптироваться к физическим нагрузкам
- в) длительное время выполнять мышечную нагрузку, преодолевая наступающее утомление
- г) быстро разучивать новые движения

15. Дистанция в одну стадию равна

- а) 105 м
- б) 192,27 м
- в) 199,99 м
- г) 201,01 м

16. За появление фазы полета дисквалифицируют в следующем виде легкой атлетике

- а) беге
- б) спортивной ходьбе
- в) прыжках в высоту
- г) метании копья

17. Финишный створ считается пересеченным, если легкоатлет коснулся плоскости, проведенной от ближнего к старту края финишной линии

- а) головой
- б) шеей
- в) ногой
- г) туловищем

18. Ширина линии разметки на стадионе равна

- а) 3 см
- б) 5 см
- в) 7 см
- г) 10 см

19. Главной в метании является

- а) придание снаряду наибольшей скорости вылета
- б) инерция движения
- в) «вести» за собой снаряд
- г) время приложения силы

20. Игра в волейбол продолжается

- а) 1-2 партии
- б) 3-5 партий
- в) 2-6 партий
- г) 3-6 партий

21. Волейбол по игровой идее и характеру принадлежит к разделу игр с

- а) ловлей мяча
- б) броском мяча
- в) отбиванием мяча
- г) ловлей, броском и отбиванием мяча

22. Волейбол - это вид спорта

- а) циклический
- б) сложно-координационный
- в) игровой
- г) военно-прикладной

23. Игра в баскетбол не может начаться, если в одной из команд на площадке нет

- а) 4 игроков
- б) 5 игроков
- в) 6 игроков
- г) 7 игроков

24. Наиболее благоприятной при обучении плаванию в крытых плавательных бассейнах считается температура воды

- а) + 15-17 градусов С
- б) + 20-21 градус С
- в) + 25-26 градусов С
- г) + 30-32 градуса С

25. В начале XX века в России любители лыж назывались

- а) скользянами
- б) лыжниками - гонщиками
- в) лыжебежцами
- г) гонщиками на лыжах

20

Члены жюри

- 1) Алексеев В.И. -
- 2) Тарасова С.В. - ЖЖ
- 3) Смирн В.И. - Коф
- 4) Швалев М.И. - Коф
- 5) Солонина И.А. - ЖЖ

ФК 020808

ТИТУЛЬНЫЙ ЛИСТ

Всероссийская олимпиада школьников

школьный этап

Заполняется ПЕЧАТНЫМИ БУКВАМИ чернилами черного или синего цвета по образцам:

А	Б	В	Г	Д	Е	Ж	З	И	К	Л	М	Н	О	П	Р	С	Т	У	Ф	Х	Ц	Ч	Ш	Щ	Ъ	Ы	Ь	Э	Ю	Я	@	8	9	.
A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z	1	2	3	4	5	6	7	0	.

ПРЕДМЕТ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КЛАСС 8Б

ДАТА 25 . 10 . 2024

ШИФР УЧАСТНИКА

\_\_\_\_\_

ФАМИЛИЯ ПЛАХОТИН  
ИМЯ АРТЕМ  
ОТЧЕСТВО ЕВТЕНЬЕВИЧ

Документ удостоверяющий личность  свидетельство о рождении  паспорт  гражданство Российская Федерация  Иное

Дата рождения \_\_\_\_\_

Домашний телефон участника +7 \_\_\_\_\_  
Мобильный телефон участника +7 \_\_\_\_\_  
Электронный адрес участника \_\_\_\_\_

Муниципалитет ГЕОРГИЕВСКИЙ ГОРОДСКОЙ ОКРУГ

Сокращенное наименование образовательной организации (школы)

МБОУ Гимназия №2

Сведения о педагогах-наставниках

1. Фамилия СКЛЯР  
Имя ЕЛЕНА  
Отчество НИКОЛАЕВНА

Сокращенное наименование образовательной организации (школы)

МБОУ Гимназия №2

Личная подпись участника Все поля обязательны к заполнению!



**Теоретико-методические задания**

1. Легкую атлетику называют «королевой спорта» так как она
  - а) включает большое количество участников
  - б) является зрелищным видом спорта
  - в) является самой обширной по количеству разыгрываемых комплектов медалей
  - г)  самый древний вид спорта
2. Спринтом в легкой атлетике называют
  - а) бег на короткие дистанции
  - б) бег на длинные дистанции
  - в) прыжки в песочную яму
  - г)  бег на средние дистанции
3. Дистанция в одну стадию равна
  - а)  105 м
  - б) 192,27 м
  - в) 199,99 м
  - г) 201,01 м
4. Первые Олимпийские игры современности проведены в
  - а) 1870 г.
  - б) 1894 г.
  - г)  1896 г.
  - г) 1904 г.
5. Впервые советские спортсмены-легкоатлеты приняли участие в XV Олимпийских играх в Хельсинки
  - а) 1952 г.
  - б) 1960 г.
  - г)  1964 г.
  - г) 1972 г.
6. Бег является составным элементом в
  - а)  прыжке в длину
  - б) в толкании ядра
  - в) спортивной ходьбе
  - г) метании диска
7. К сложно координационным видам легкой атлетики относятся
  - а) барьерный бег
  - б) гладкий бег
  - в) прыжки в длину
  - г)  метания
8. Больше всего у стайера развито физическое качество
  - а) гибкость
  - б)  выносливость
  - в) сила
  - г) скорость
9. Барьерный бег в легкой атлетике по структуре движений является видом
  - а) ациклическим
  - б) циклическим
  - г)  смешанным
  - г) корреляционным
10. Участник, уронивший эстафетную палочку должен
  - а)  поднять и передать ее судь

- б) не поднимать палочку  
в) поднять ее и продолжить бег  
г) сойти с дистанции
11. Круговая дорожка на стадионе должна иметь длину
- а) 200 м  
б) 300 м  
+ в) 400 м  
г) 500 м
12. Максимальная длина шипов, разрешенная для использования при синтетическом покрытии в легкой атлетике, составляет
- а) 5 мм  
+ б) 7 мм  
— в) 9 мм  
г) 12 мм
13. Слово «волейбол» означает
- + а) «летающий мяч»  
— б) «вольный мяч»  
в) «ручной мяч»  
г) «порхающий мяч»
14. Волейбол – это вид спорта
- а) циклический  
б) сложно-координационный  
+ в) военно-прикладной  
г) игровой
15. Игра в волейбол осуществляется на площадке размером
- а) 9 x 12 м  
— б) 9 x 18 м  
— в) 6 x 12 м  
+ г) 6 x 18 м
16. Число игроков одной команды на площадке в игре в волейбол составляет
- а) 4 чел.  
+ б) 5 чел.  
— в) 6 чел.  
г) 7 чел.
17. Высота сетки для игры в волейбол для мужчин составляет
- а) 200 см  
— б) 215 см  
+ в) 236 см  
г) 243 см
18. Высота сетки для игры в волейбол для женщин составляет
- а) 200 см  
+ б) 215 см  
+ в) 224 см  
г) 240 см
19. Число игроков одной команды на площадке в игре в баскетбол составляет
- а) 4 чел.  
— б) 5 чел.  
+ в) 6 чел.  
г) 7 чел.
20. Игра в баскетболе состоит из
- а) двух периодов по 25 минут

- б) трех периодов по 15 минут
- в) четырех периодов по 15 минут
- г) четырех периодов по 10 минут
- 21. Самый быстрый вид плавания**
  - а) брасс
  - б) кроль на груди
  - в) кроль на спине
  - г) баттерфляй
- 22. Обучение дыханию в плавании имеет значение**
  - а) побочное
  - б) главное
  - в) второстепенное
  - г) информационное
- 23. Умение открывать глаза в воде при обучении плаванию имеет значение**
  - а) важное
  - б) бесполезное
  - в) второстепенное
  - г) отрицательное
- 24. Физическая культура - это**
  - а) отдельные стороны двигательных способностей человека
  - б) восстановление здоровья человека средствами физической реабилитации
  - в) часть общечеловеческой культуры, совокупность материальных и духовных ценностей, издаваемых и используемых обществом в целях физического развития человека, укрепления его здоровья и совершенствования двигательных качеств
  - г) педагогический процесс, направленный на обучение двигательным действиям и воспитание физических качеств
- 25. Отличительной особенностью спорта по отношению к другим формам физической культуры является**
  - а) развитие интеллекта
  - б) соревновательная деятельность
  - в) развитие морфологических характеристик
  - г) функциональные нагрузки

96

Члены жюри:

1. Акимина Е. Ю -
2. Тарасова С. В - Ж
3. Смирн Е. Н - Сир
4. Иванов М. Ю - М
5. Селезнева И. В - Ж







**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ**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:

- 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»;
- 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. В физической культуре выделяют следующие формы

- а) адаптация
- б) высшие достижения в области спорта
- в) реадaptация
- г) акселерация

2. К формам физической культуры относят

- а) физическую подготовленность
- б) профессионально-прикладную физическую подготовку
- в) мобилизацию
- г) волевою подготовку

3. Отличительной особенностью спорта по отношению к другим формам физической культуры является

- а) развитие интеллекта
- б) соревновательная деятельность
- в) развитие морфологических характеристик
- г) функциональные нагрузки

4. Физическое совершенство – это

- а) максимально возможная гипертрофия мышечной ткани
- б) отдельные стороны двигательных возможностей человека
- в) исторически обусловленный уровень здоровья, всестороннее развитие физических способностей функционального состояния и психических качеств людей, соответствующий требованиям человеческой деятельности в определенных условиях
- г) педагогический процесс, специфика которого заключается в обучении двигательным действиям и воспитании физических качеств человека

5. К функциям физической культуры не относят

- а) эмоционально – зрелищную
- б) социализации личности
- в) этническую
- г) оздоровительно-рекреативную

6. С биологической точки зрения физическая подготовка представляет процесс

- а) направленной адаптации организма к тренировочным воздействиям
- б) увеличение в организме количества мышц
- в) воспитание характера человека
- г) акселерация

7. Физическое развитие – это

- а) определенные стороны двигательных возможностей человека
- б) комплекс морфо - функциональных возможностей организма
- в) педагогический процесс, на формирование физически совершенного человека
- г) часть общечеловеческой культуры, направленный на разностороннее совершенствование организма

8. Температура тела при выполнении физической работы

- а) несколько повышается
- б) несколько понижается
- в) резко повышается
- г) остается на том же уровне

9. В комплекс утренней гигиенической гимнастике не следует включать упражнения

- а) дыхательные
- б) с предельными отягощениями
- в) на растяжение мышц

г) на гибкость

10. Самостоятельные тренировочные занятия целесообразно строить из частей

- а) одной
- б) трех
- в) шести
- г) девяти

11. Оптимальный режим двигательной активности старшеклассников для достижения оздоровительного эффекта составляет часов в неделю

- а) 1
- б) 2-3
- в) 6-8
- г) 12-14

12. Техника физических упражнений – это

- а) способ применения двигательных действий
- б) отдельные стороны двигательных способностей человека
- в) сбалансированная динамика физической нагрузки
- г) способы выполнения двигательных действий, с помощью которых эффективно решается двигательная задача

13. Сила – это способность человека

- а) противостоять утомлению
- б) преодолевать внешнее сопротивление
- в) управлять своими движениями
- г) акселерация

14. Выносливость – это способность организма

- а) выполнять движения в минимальный для данных условий промежуток времени
- б) адаптироваться к физическим нагрузкам
- в) длительное время выполнять мышечную нагрузку, преодолевая наступающее утомление
- г) быстро разучивать новые движения

15. Дистанция в одну стадию равна

- а) 105 м
- б) 192,27 м
- в) 199,99 м
- г) 201,01 м

16. За появление фазы полета дисквалифицируют в следующем виде легкой атлетике

- а) беге
- б) спортивной ходьбе
- в) прыжках в высоту
- г) метании копья

17. Финишный створ считается пересеченным, если легкоатлет коснулся плоскости, проведенной от ближнего к старту края финишной линии

- а) головой
- б) шей
- в) ногой
- г) туловищем

18. Ширина линии разметки на стадионе равна

- а) 3 см
- б) 5 см
- в) 7 см
- г) 10 см

**19. Главной в метании является**

- а) придание снаряду наибольшей скорости вылета  
 б) инерция движения  
 в) «вести» за собой снаряд  
 г) время приложения силы

**20. Игра в волейбол продолжается**

- а) 1-2 партии  
 б) 3-5 партий  
 в) 2-6 партий  
 г) 3-6 партий

**21. Волейбол по игровой идее и характеру принадлежит к разделу игр с**

- а) ловлей мяча  
 б) броском мяча  
 в) отбиванием мяча  
 г) ловлей, броском и отбиванием мяча

**22. Волейбол - это вид спорта**

- а) циклический  
 б) сложно-координационный  
 в) игровой  
 г) военно-прикладной

**23. Игра в баскетбол не может начаться, если в одной из команд на площадке нет**

- а) 4 игроков  
 б) 5 игроков  
 в) 6 игроков  
 г) 7 игроков

**24. Наиболее благоприятной при обучении плаванию в крытых плавательных бассейнах считается температура воды**

- а) + 15-17 градусов С  
 б) + 20-21 градус С  
 в) + 25-26 градусов С  
 г) + 30-32 градуса С

**25. В начале XX века в России любители лыж назывались**

- а) скользунами  
 б) лыжниками - гонщиками  
 в) лыжебежцами  
 г) гонщиками на лыжак

17

Миним интерес:

- 1) Алексеева Е. Ю -
- 2) Макарова С. В -
- 3) Смирнов Е. Н. -
- 4) Уваров М. Ю -





### Теоретико-методические задания

1. Легкую атлетику называют «королевой спорта» так как она
  - а) включает большое количество участников
  - б) является зрелищным видом спорта
  - + в) является самой обширной по количеству разыгрываемых комплектов медалей
  - г) самый древний вид спорта
2. Спрингом в легкой атлетике называют
  - а) бег на короткие дистанции
  - б) бег на длинные дистанции
  - в) прыжки в песочную яму
  - г) бег на средние дистанции
3. Дистанция в одну стадию равна
  - а) 105 м
  - б) 192,27 м
  - в) 199,99 м
  - г) 201,01 м
4. Первые Олимпийские игры современности проведены в
  - а) 1870 г.
  - б) 1894 г.
  - + в) 1896 г.
  - г) 1904 г.
5. Впервые советские спортсмены-легкоатлеты приняли участие в XV Олимпийских играх в Хельсинки
  - а) 1952 г.
  - + б) 1960 г.
  - в) 1964 г.
  - г) 1972 г.
6. Бег является составным элементом в
  - а) прыжке в длину
  - + б) в толкании ядра
  - в) спортивной ходьбе
  - г) метании диска
7. К сложно координационным видам легкой атлетики относятся
  - а) барьерный бег
  - б) гладкий бег
  - + в) прыжки в длину
  - г) метания
8. Больше всего у стайера развито физическое качество
  - а) гибкость
  - + б) выносливость
  - в) сила
  - г) скорость
9. Барьерный бег в легкой атлетике по структуре движений является видом
  - а) ациклическим
  - + б) циклическим
  - в) смешанным
  - г) корреляционным
10. Участник, уронивший эстафетную палочку должен
  - а) поднять и передать ее судье

- б) не поднимать палочку  
+ в) поднять ее и продолжить бег  
г) сойти с дистанции
11. Круговая дорожка на стадионе должна иметь длину  
а) 200 м  
+ б) 300 м  
в) 400 м  
г) 500 м
12. Максимальная длина шипов, разрешенная для использования при синтетическом покрытии в легкой атлетике, составляет  
а) 5 мм  
+ б) 7 мм  
в) 9 мм  
г) 12 мм
13. Слово «волейбол» означает  
+ а) «летающий мяч»  
б) «вольный мяч»  
в) «ручной мяч»  
г) «порхающий мяч»
14. Волейбол – это вид спорта  
а) циклический  
+ б) сложно-координационный  
в) военно-прикладной  
г) игровой
15. Игра в волейбол осуществляется на площадке размером  
а) 9 x 12 м  
+ б) 9 x 18 м  
в) 6 x 12 м  
г) 6 x 18 м
16. Число игроков одной команды на площадке в игре в волейбол составляет  
+ а) 4 чел.  
б) 5 чел.  
в) 6 чел.  
г) 7 чел.
17. Высота сетки для игры в волейбол для мужчин составляет  
а) 200 см  
+ б) 215 см  
в) 236 см  
г) 243 см
18. Высота сетки для игры в волейбол для женщин составляет  
+ а) 200 см  
б) 215 см  
в) 224 см  
г) 240 см
19. Число игроков одной команды на площадке в игре в баскетбол составляет  
+ а) 4 чел.  
б) 5 чел.  
в) 6 чел.  
г) 7 чел.
20. Игра в баскетболе состоит из  
а) двух периодов по 25 минут

- б) трех периодов по 15 минут  
 + в) четырех периодов по 15 минут  
 Ⓒ) четырех периодов по 10 минут
- 21. Самый быстрый вид плавания**  
 а) брасс  
 + Ⓑ) кроль на груди  
 в) кроль на спине  
 г) баттерфляй
- 22. Обучение дыханию в плавании имеет значение**  
 а) побочное  
 + Ⓑ) главное  
 в) второстепенное  
 г) информационное
- 23. Умение открывать глаза в воде при обучении плаванию имеет значение**  
 Ⓐ) важное  
 + б) бесполезное  
 в) второстепенное  
 г) отрицательное
- 24. Физическая культура - это**  
 а) отдельные стороны двигательных способностей человека  
 б) восстановление здоровья человека средствами физической реабилитации  
 + Ⓒ) часть общечеловеческой культуры, совокупность материальных и духовных ценностей, издаваемых и используемых обществом в целях физического развития человека, укрепления его здоровья и совершенствования двигательных качеств  
 г) педагогический процесс, направленный на обучение двигательным действиям и воспитание физических качеств
- 25. Отличительной особенностью спорта по отношению к другим формам физической культуры является**  
 + а) развитие интеллекта  
 Ⓑ) соревновательная деятельность  
 в) развитие морфологических характеристик  
 г) функциональные нагрузки

235

Число шкоро:

- 1) Аммесина Е. 10-  
 2) Шаромова Е. В. 11  
 3) Смир Е. 11. Сур  
 4) Мамов М. 10-11



ФК 020715

ТИТУЛЬНЫЙ ЛИСТ

Всероссийская олимпиада школьников

школьный этап

Заполняется ПЕЧАТНЫМИ БУКВАМИ чернилами черного или синего цвета по образцам:

А	Б	В	Г	Д	Е	Ж	З	И	К	Л	М	Н	О	П	Р	С	Т	У	Ф	Х	Ц	Ч	Ш	Щ	Ъ	Ы	Ь	Э	Ю	Я	@	8	9	.
А	В	С	Д	Е	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z	1	2	3	4	5	6	7	0	.

ПРЕДМЕТ Физическая культура КЛАСС 7А

ДАТА 23 . 09 . 2024

ШИФР  
УЧАСТНИКА

\_\_\_\_\_

ФАМИЛИЯ Еремеев  
ИМЯ Алексей  
ОТЧЕСТВО Борисович

Документ удостоверяющий личность  свидетельство о рождении  паспорт  гражданство Российская Федерация  иное  
серия \_\_\_\_\_ номер \_\_\_\_\_

Дата рождения 22 . 06 . 2011

Домашний телефон участника + 7 9 2 8 3 7 2 2 3 6 0  
Мобильный телефон участника + 7 \_\_\_\_\_  
Электронный адрес участника \_\_\_\_\_

Муниципалитет Ставропольский край  
Сокращенное наименование образовательной организации (школы)

МБОУ гимназия №2

Сведения о педагогах-наставниках

1. Фамилия \_\_\_\_\_  
Имя \_\_\_\_\_  
Отчество \_\_\_\_\_  
Сокращенное наименование образовательной организации (школы)

МБОУ гимназия №2

Личная подпись участника Еремеев Все поля обязательны к заполнению!



**Теоретико-методические задания**

1. Легкую атлетику называют «королевой спорта» так как она

- а) включает большое количество участников
- б) является зрелищным видом спорта
- в) является самой обширной по количеству разыгрываемых комплектов медалей
- г) самый древний вид спорта

2. Спринтом в легкой атлетике называют

- а) бег на короткие дистанции
- б) бег на длинные дистанции
- в) прыжки в песочную яму
- г) бег на средние дистанции

3. Дистанция в одну стадию равна

- а) 105 м
- б) 192,27 м
- в) 199,99 м
- г) 201,01 м

4. Первые Олимпийские игры современности проведены в

- а) 1870 г.
- б) 1894 г.
- в) 1896 г.
- г) 1904 г.

5. Впервые советские спортсмены-легкоатлеты приняли участие в XV Олимпийских играх в Хельсинки

- а) 1952 г.
- б) 1960 г.
- в) 1964 г.
- г) 1972 г.

6. Бег является составным элементом в

- а) прыжке в длину
- б) в толкании ядра
- в) спортивной ходьбе
- г) метании диска

7. К сложно координационным видам легкой атлетики относятся

- а) барьерный бег
- б) гладкий бег
- в) прыжки в длину
- г) метания

8. Больше всего у стайера развито физическое качество

- а) гибкость
- б) выносливость
- в) сила
- г) скорость

9. Барьерный бег в легкой атлетике по структуре движений является видом

- а) ациклическим
- б) циклическим
- в) смешанным
- г) корреляционным

10. Участник, уронивший эстафетную палочку должен

- а) поднять и передать ее судь

- б) не поднимать палочку  
в) поднять ее и продолжить бег  
г) сойти с дистанции
11. Круговая дорожка на стадионе должна иметь длину
- а) 200 м  
б) 300 м  
+ в) 400 м  
г) 500 м
12. Максимальная длина шипов, разрешенная для использования при синтетическом покрытии в легкой атлетике, составляет
- а) 5 мм  
+ б) 7 мм  
в) 9 мм  
г) 12 мм
13. Слово «волейбол» означает
- а) «летающий мяч»  
- б) «вольный мяч»  
в) «ручной мяч»  
г) «порхающий мяч»
14. Волейбол – это вид спорта
- а) циклический  
+ б) сложно-координационный  
в) военно-прикладной  
г) игровой
15. Игра в волейбол осуществляется на площадке размером
- а) 9 x 12 м  
+ б) 9 x 18 м  
в) 6 x 12 м  
г) 6 x 18 м
16. Число игроков одной команды на площадке в игре в волейбол составляет
- а) 4 чел.  
+ б) 5 чел.  
в) 6 чел.  
г) 7 чел.
17. Высота сетки для игры в волейбол для мужчин составляет
- а) 200 см  
+ б) 215 см  
в) 236 см  
г) 243 см
18. Высота сетки для игры в волейбол для женщин составляет
- а) 200 см  
+ б) 215 см  
в) 224 см  
г) 240 см
19. Число игроков одной команды на площадке в игре в баскетбол составляет
- а) 4 чел.  
+ б) 5 чел.  
в) 6 чел.  
г) 7 чел.
20. Игра в баскетболе состоит из
- а) двух периодов по 25 минут

- + б) трех периодов по 15 минут
- в) четырех периодов по 15 минут
- г) четырех периодов по 10 минут

21. Самый быстрый вид плавания

- + а) брасс
- б) кроль на груди
- в) кроль на спине
- г) баттерфляй

22. Обучение дыханию в плавании имеет значение

- + б) главное
- а) побочное
- в) второстепенное
- г) информационное

23. Умение открывать глаза в воде при обучении плаванию имеет значение

- + а) важное
- б) бесполезное
- в) второстепенное
- г) отрицательное

24. Физическая культура - это

- + в) часть общечеловеческой культуры, совокупность материальных и духовных ценностей, издаваемых и используемых обществом в целях физического развития человека, укрепления его здоровья и совершенствования двигательных качеств
- а) отдельные стороны двигательных способностей человека
- б) восстановление здоровья человека средствами физической реабилитации
- г) педагогический процесс, направленный на обучение двигательным действиям и воспитание физических качеств

25. Отличительной особенностью спорта по отношению к другим формам физической культуры является

- + б) соревновательная деятельность
- а) развитие интеллекта
- в) развитие морфологических характеристик
- г) функциональные нагрузки

105

Место жюри

- 1) Анискина Е. И.
- 2) Макарова С. В.
- 3) Смирн Е. И.
- 4) Ураев М. И.
- 5) Соколова И. В.







**Теоретико-методические задания**

1. Легкую атлетику называют «королевой спорта» так как она
- а) включает большое количество участников
  - + б) является зрелищным видом спорта
  - в) является самой обширной по количеству разыгрываемых комплектов медалей
  - г) самый древний вид спорта
2. Спринтом в легкой атлетике называют
- а) бег на короткие дистанции
  - + б) бег на длинные дистанции
  - в) прыжки в песочную яму
  - г) бег на средние дистанции
3. Дистанция в одну стадию равна
- а) 105 м
  - + б) 192,27 м
  - в) 199,99 м
  - г) 201,01 м
4. Первые Олимпийские игры современности проведены в
- а) 1870 г.
  - б) 1894 г.
  - в) 1896 г.
  - г) 1904 г.
5. Впервые советские спортсмены-легкоатлеты приняли участие в XV Олимпийских играх в Хельсинки
- а) 1952 г.
  - + б) 1960 г.
  - в) 1964 г.
  - г) 1972 г.
6. Бег является составным элементом в
- а) прыжке в длину
  - б) в толкании ядра
  - в) спортивной ходьбе
  - г) метании диска
7. К сложно координационным видам легкой атлетики относятся
- а) барьерный бег
  - + б) гладкий бег
  - в) прыжки в длину
  - г) метания
8. Больше всего у стайера развито физическое качество
- + а) гибкость
  - б) выносливость
  - в) сила
  - г) скорость
9. Барьерный бег в легкой атлетике по структуре движений является видом
- а) ациклическим
  - + б) циклическим
  - в) смешанным
  - г) корреляционным
10. Участник, уронивший эстафетную палочку должен
- + а) поднять и передать ее судь

- б) не поднимать палочку  
 в) поднять ее и продолжить бег  
 г) сойти с дистанции
11. Круговая дорожка на стадионе должна иметь длину  
 а) 200 м  
 + б) 300 м  
 в) 400 м  
 г) 500 м
12. Максимальная длина шипов, разрешенная для использования при синтетическом покрытии в легкой атлетике, составляет  
 а) 5 мм  
 - б) 7 мм  
 в) 9 мм  
 г) 12 мм
13. Слово «волейбол» означает  
 + а) «летающий мяч»  
 б) «вольный мяч»  
 в) «ручной мяч»  
 г) «порхающий мяч»
14. Волейбол – это вид спорта  
 а) циклический  
 - б) сложно-координационный  
 в) военно-прикладной  
 г) игровой
15. Игра в волейбол осуществляется на площадке размером  
 а) 9 x 12 м  
 + б) 9 x 18 м  
 в) 6 x 12 м  
 г) 6 x 18 м
16. Число игроков одной команды на площадке в игре в волейбол составляет  
 а) 4 чел.  
 + б) 5 чел.  
 в) 6 чел.  
 г) 7 чел.
17. Высота сетки для игры в волейбол для мужчин составляет  
 а) 200 см  
 б) 215 см  
 + в) 236 см  
 г) 243 см
18. Высота сетки для игры в волейбол для женщин составляет  
 а) 200 см  
 + б) 215 см  
 в) 224 см  
 г) 240 см
19. Число игроков одной команды на площадке в игре в баскетбол составляет  
 а) 4 чел.  
 - б) 5 чел.  
 в) 6 чел.  
 г) 7 чел.
20. Игра в баскетболе состоит из  
 а) двух периодов по 25 минут

- + б) трех периодов по 15 минут
- +  в) четырех периодов по 15 минут
- г) четырех периодов по 10 минут

**21. Самый быстрый вид плавания**

- +  а) брасс
- б) кроль на груди
- в) кроль на спине
- г) баттерфляй

**22. Обучение дыханию в плавании имеет значение**

- а) побочное
- +  б) главное
- в) второстепенное
- г) информационное

**23. Умение открывать глаза в воде при обучении плаванию имеет значение**

- а) важное
- б) бесполезное
- +  в) второстепенное
- г) отрицательное

**24. Физическая культура - это**

- а) отдельные стороны двигательных способностей человека
- +  б) восстановление здоровья человека средствами физической реабилитации
- в) часть общечеловеческой культуры, совокупность материальных и духовных ценностей, издаваемых и используемых обществом в целях физического развития человека, укрепления его здоровья и совершенствования двигательных качеств
- г) педагогический процесс, направленный на обучение двигательным действиям и воспитание физических качеств

**25. Отличительной особенностью спорта по отношению к другим формам физической культуры является**

- а) развитие интеллекта
- б) соревновательная деятельность
- в) развитие морфологических характеристик
- г) функциональные нагрузки

185

Имена жюри

1. Александр Е. В.
2. Маршова П. В.
3. Смир. Е. М.
4. Ушаков М. В.
5. Соловьева Н. В.







## ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

### 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:

- 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»;
- 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. В физической культуре выделяют следующие формы

- а) адаптация
- + б) высшие достижения в области спорта
- в) реадaptация
- г) акселерация

2. К формам физической культуры относят

- а) физическую подготовленность
- + б) профессионально-прикладную физическую подготовку
- в) мобилизацию
- г) волевую подготовку

3. Отличительной особенностью спорта по отношению к другим формам физической культуры является

- а) развитие интеллекта
- б) соревновательная деятельность
- в) развитие морфологических характеристик
- г) функциональные нагрузки

4. Физическое совершенство – это

- а) максимально возможная гипертрофия мышечной ткани
- б) отдельные стороны двигательных возможностей человека
- + в) исторически обусловленный уровень здоровья, всестороннее развитие физических способностей функционального состояния и психических качеств людей, соответствующий требованиям человеческой деятельности в определенных условиях
- г) педагогический процесс, специфика которого заключается в обучении двигательным действиям и воспитании физических качеств человека

5. К функциям физической культуры не относят

- + а) эмоционально – зрелищную
- б) социализации личности
- в) этническую
- г) оздоровительно-рекреативную

6. С биологической точки зрения физическая подготовка представляет процесс

- + а) направленной адаптации организма к тренировочным воздействиям
- б) увеличение в организме количества мышц
- в) воспитание характера человека
- г) акселерация

7. Физическое развитие – это

- а) определенные стороны двигательных возможностей человека
- б) комплекс морфо - функциональных возможностей организма
- в) педагогический процесс, на формирование физически совершенного человека
- г) часть общечеловеческой культуры, направленный на разностороннее совершенствование организма

8. Температура тела при выполнении физической работы

- + а) несколько повышается
- б) несколько понижается
- в) резко повышается
- г) остается на том же уровне

9. В комплексе утренней гигиенической гимнастике не следует включать упражнения

- а) дыхательные
- + б) с предельными отягощениями
- в) на растяжение мышц

Физология

- г) на гибкость
10. Самостоятельные тренировочные занятия целесообразно строить из частей
- а) одной
  - б) трех
  - в) шести
  - г) девяти
11. Оптимальный режим двигательной активности старшеклассников для достижения оздоровительного эффекта составляет часов в неделю
- а) 1
  - б) 2-3
  - в) 6-8
  - г) 12-14
12. Техника физических упражнений – это
- а) способ применения двигательных действий
  - б) отдельные стороны двигательных способностей человека
  - в) сбалансированная динамика физической нагрузки
  - г) способы выполнения двигательных действий, с помощью которых эффективно решается двигательная задача
13. Сила – это способность человека
- а) противостоять утомлению
  - б) преодолевать внешнее сопротивление
  - в) управлять своими движениями
  - г) акселерация
14. Выносливость – это способность организма
- а) выполнять движения в минимальный для данных условий промежуток времени
  - б) адаптироваться к физическим нагрузкам
  - в) длительное время выполнять мышечную нагрузку, преодолевая наступающее утомление
  - г) быстро разучивать новые движения
15. Дистанция в одну стадию равна
- а) 105 м
  - б) 192,27 м
  - в) 199,99 м
  - г) 201,01 м
16. За появление фазы полета дисквалифицируют в следующем виде легкой атлетике
- а) беге
  - б) спортивной ходьбе
  - в) прыжках в высоту
  - г) метании копья
17. Финишный створ считается пересеченным, если легкоатлет коснулся плоскости, проведенной от ближнего к старту края финишной линии
- а) головой
  - б) шеей
  - в) ногой
  - г) туловищем
18. Ширина линии разметки на стадионе равна
- а) 3 см
  - б) 5 см
  - в) 7 см
  - г) 10 см

## 19. Главной в метании является

- +  а) придание снаряду наибольшей скорости вылета  
 б) инерция движения  
 в) «вести» за собой снаряд  
 г) время приложения силы

## 20. Игра в волейбол продолжается

- +  а) 1-2 партии  
 б) 3-5 партий  
 в) 2-6 партий  
 г) 3-6 партий

## 21. Волейбол по игровой идее и характеру принадлежит к разделу игр с

- +  а) ловлей мяча  
 б) броском мяча  
 в) отбиванием мяча  
 г) ловлей, броском и отбиванием мяча

## 22. Волейбол - это вид спорта

- +  а) циклический  
 б) сложно-координационный  
 в) игровой  
 г) военно-прикладной

## 23. Игра в баскетбол не может начаться, если в одной из команд на площадке нет

- +  а) 4 игроков  
 б) 5 игроков  
 в) 6 игроков  
 г) 7 игроков

## 24. Наиболее благоприятной при обучении плаванию в крытых плавательных бассейнах считается температура воды

- а) + 15-17 градусов С  
 б) + 20-21 градус С  
 в) + 25-26 градусов С  
 г) + 30-32 градуса С

## 25. В начале XX века в России любители лыж назывались

- +  а) скользянами  
 б) лыжниками - гонщиками  
 в) лыжебежцами  
 г) гонщиками на лыжак

18

Члены жюри:

1. Алексеев Е. Ю -
2. Макарова С. В - Ж
3. Смир Е. Н - Смир
4. Соколова И. В - Ж
5. Шевцов М. Ю - Ж

ФК 02 09 10

ТИТУЛЬНЫЙ ЛИСТ

Всероссийская олимпиада школьников

школьный этап

Заполняется ПЕЧАТНЫМИ БУКВАМИ чернилами черного или синего цвета по образцам:

А	Б	В	Г	Д	Е	Ж	З	И	К	Л	М	Н	О	П	Р	С	Т	У	Ф	Х	Ц	Ч	Ш	Щ	Ъ	Ы	Ь	Э	Ю	Я	@	8	9	.
А	В	С	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z	1	2	3	4	5	6	7	0	.

ПРЕДМЕТ Физическая культура КЛАСС 9 В

ДАТА 23 . 09 . 2024

ШИФР  
УЧАСТНИКА

\_\_\_\_\_

ФАМИЛИЯ ПИСЬМЕНКО  
ИМЯ СЕРГЕЙ  
ОТЧЕСТВО СЕРГЕЕВИЧ

Документ удостоверяющий личность

свидетельство о рождении

паспорт

Гражданство

Российская  
Федерация

Иное

серия

\_\_\_\_\_

номер

\_\_\_\_\_

Дата рождения 25 . 04 . 2003

Домашний телефон  
участника

+ 7

\_\_\_\_\_

Мобильный телефон  
участника

+ 7

9633857823

Электронный адрес  
участника

sspismanko@gmail.com

Муниципалитет ГЕОРГИЕВСКИЙ ГОРОДСКОЙ ОКРУГ

Сокращенное наименование образовательной организации  
(школы)

МБОУ гимназия 52

Сведения о педагогах-наставниках

1. Фамилия

СКЛАР

Имя

ЕЛЕНА

Отчество

НИКОЛАЕВНА

Сокращенное наименование образовательной организации  
(школы)

\_\_\_\_\_

Личная подпись участника

Все поля обязательны к  
заполнению!



## ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

### 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:

- 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»;
- 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. В физической культуре выделяют следующие формы

- а) адаптация
- + б) высшие достижения в области спорта
- в) реадaptация
- г) акселерация

2. К формам физической культуры относят

- а) физическую подготовленность
- + б) профессионально-прикладную физическую подготовку
- в) мобилизацию
- г) волевою подготовку

3. Отличительной особенностью спорта по отношению к другим формам физической культуры является

- а) развитие интеллекта
- б) соревновательная деятельность
- в) развитие морфологических характеристик
- + г) функциональные нагрузки

4. Физическое совершенство – это

- а) максимально возможная гипертрофия мышечной ткани
- б) отдельные стороны двигательных возможностей человека
- + в) исторически обусловленный уровень здоровья, всестороннее развитие физических способностей функционального состояния и психических качеств людей, соответствующий требованиям человеческой деятельности в определенных условиях
- г) педагогический процесс, специфика которого заключается в обучении двигательным действиям и воспитании физических качеств человека

5. К функциям физической культуры не относят

- а) эмоционально – зрелищную
- + б) социализации личности
- в) этническую
- г) оздоровительно-рекреативную

6. С биологической точки зрения физическая подготовка представляет процесс

- а) направленной адаптации организма к тренировочным воздействиям
- + б) увеличение в организме количества мышц
- в) воспитание характера человека
- г) акселерация

7. Физическое развитие – это

- а) определенные стороны двигательных возможностей человека
- б) комплекс морфо - функциональных возможностей организма
- в) педагогический процесс, на формирование физически совершенного человека
- г) часть общечеловеческой культуры, направленный на разностороннее совершенствование организма

8. Температура тела при выполнении физической работы

- + а) несколько повышается
- б) несколько понижается
- в) резко повышается
- г) остается на том же уровне

9. В комплексе утренней гигиенической гимнастике не следует включать упражнения

- а) дыхательные
- + б) с предельными отягощениями
- в) на растяжение мышц

г) на гибкость

**10. Самостоятельные тренировочные занятия целесообразно строить из частей**

а) одной

+  б) трех

в) шести

г) девяти

**11. Оптимальный режим двигательной активности старшеклассников для достижения оздоровительного эффекта составляет часов в неделю**

а) 1

+  б) 2-3

в) 6-8

г) 12-14

**12. Техника физических упражнений – это**

а) способ применения двигательных действий

б) отдельные стороны двигательных способностей человека

+  в) сбалансированная динамика физической нагрузки

г) способы выполнения двигательных действий, с помощью которых эффективно решается двигательная задача

**13. Сила – это способность человека**

а) противостоять утомлению

б) преодолевать внешнее сопротивление

-  в) управлять своими движениями

г) акселерация

**14. Выносливость – это способность организма**

а) выполнять движения в минимальный для данных условий промежуток времени

+  б) адаптироваться к физическим нагрузкам

в) длительное время выполнять мышечную нагрузку, преодолевая наступающее утомление

г) быстро разучивать новые движения

**15. Дистанция в одну стадию равна**

а) 105 м

+  б) 192,27 м

в) 199,99 м

г) 201,01 м

**16. За появление фазы полета дисквалифицируют в следующем виде легкой атлетике**

а) беге

+  б) спортивной ходьбе

в) прыжках в высоту

г) метании копья

**17. Финишный створ считается пересеченным, если легкоатлет коснулся плоскости, проведенной от ближнего к старту края финишной линии**

+  а) головой

б) шей

в) ногой

г) туловищем

**18. Ширина линии разметки на стадионе равна**

а) 3 см

+  б) 5 см

в) 7 см

г) 10 см

## 19. Главной в метании является

- а) придание снаряду наибольшей скорости вылета
- + б) инерция движения
- в) «вести» за собой снаряд
- г) время приложения силы

## 20. Игра в волейбол продолжается

- а) 1-2 партии
- +  б) 3-5 партий
- в) 2-6 партий
- г) 3-6 партий

## 21. Волейбол по игровой идее и характеру принадлежит к разделу игр с

- а) ловлей мяча
- б) броском мяча
- в) отбиванием мяча
- г) ловлей, броском и отбиванием мяча

## 22. Волейбол - это вид спорта

- а) циклический
- + б) сложно-координационный
- в) игровой
- г) военно-прикладной

## 23. Игра в баскетбол не может начаться, если в одной из команд на площадке нет

- а) 4 игроков
- +  б) 5 игроков
- в) 6 игроков
- г) 7 игроков

## 24. Наиболее благоприятной при обучении плаванию в крытых плавательных бассейнах считается температура воды

- а) + 15-17 градусов С
- + б) + 20-21 градус С
- в) + 25-26 градусов С
- г) + 30-32 градуса С

## 25. В начале XX века в России любители лыж назывались

- а) скользянами
- б) лыжниками - гонщиками
- в) лыжебежцами
- г) гонщиками на лыжак

205

Члены жюри:

- 1) Алексина Е. Ю.
- 2) Шарашова С. В. - Ж
- 3) Смирн Е. Н. - Секрет
- 4) Иванов М. Ю. - Секрет
5. Соловьева И. В. - Ж





## ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

### 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:

- 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»;
- 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. В физической культуре выделяют следующие формы

- а) адаптация
- +  б) высшие достижения в области спорта
- в) реадaptация
- г) акселерация

2. К формам физической культуры относят

- а) физическую подготовленность
- +  б) профессионально-прикладную физическую подготовку
- в) мобилизацию
- г) волевую подготовку

3. Отличительной особенностью спорта по отношению к другим формам физической культуры является

- а) развитие интеллекта
- б) соревновательная деятельность
- в) развитие морфологических характеристик
- г) функциональные нагрузки

4. Физическое совершенство – это

- а) максимально возможная гипертрофия мышечной ткани
- б) отдельные стороны двигательных возможностей человека
- +  в) исторически обусловленный уровень здоровья, всестороннее развитие физических способностей функционального состояния и психических качеств людей, соответствующий требованиям человеческой деятельности в определенных условиях
- г) педагогический процесс, специфика которого заключается в обучении двигательным действиям и воспитании физических качеств человека

5. К функциям физической культуры не относят

- а) эмоционально – зрелищную
- +  б) социализации личности
- в) этническую
- г) оздоровительно-рекреативную

6. С биологической точки зрения физическая подготовка представляет процесс

- +  а) направленной адаптации организма к тренировочным воздействиям
- б) увеличение в организме количества мышц
- в) воспитание характера человека
- г) акселерация

7. Физическое развитие – это

- а) определенные стороны двигательных возможностей человека
- б) комплекс морфо - функциональных возможностей организма
- в) педагогический процесс, на формирование физически совершенного человека
- г) часть общечеловеческой культуры, направленный на разностороннее совершенствование организма

8. Температура тела при выполнении физической работы

- +  а) несколько повышается
- б) несколько понижается
- в) резко повышается
- г) остается на том же уровне

9. В комплекс утренней гигиенической гимнастике не следует включать упражнения

- а) дыхательные
- +  б) с предельными отягощениями
- в) на растяжение мышц

г) на гибкость

10. Самостоятельные тренировочные занятия целесообразно строить из частей

- а) одной
- б) трех
- в) шести
- г) девяти

11. Оптимальный режим двигательной активности старшеклассников для достижения оздоровительного эффекта составляет часов в неделю

- а) 1
- б) 2-3
- в) 6-8
- г) 12-14

12. Техника физических упражнений – это

- а) способ применения двигательных действий
- б) отдельные стороны двигательных способностей человека
- в) сбалансированная динамика физической нагрузки
- г) способы выполнения двигательных действий, с помощью которых эффективно решается двигательная задача

13. Сила – это способность человека

- а) противостоять утомлению
- б) преодолевать внешнее сопротивление
- в) управлять своими движениями
- г) акселерация

14. Выносливость – это способность организма

- а) выполнять движения в минимальный для данных условий промежуток времени
- б) адаптироваться к физическим нагрузкам
- в) длительное время выполнять мышечную нагрузку, преодолевая наступающее утомление
- г) быстро разучивать новые движения

15. Дистанция в одну стадию равна

- а) 105 м
- б) 192,27 м
- в) 199,99 м
- г) 201,01 м

16. За появление фазы полета дисквалифицируют в следующем виде легкой атлетике

- а) беге
- б) спортивной ходьбе
- в) прыжках в высоту
- г) метании копья

17. Финишный створ считается пересеченным, если легкоатлет коснулся плоскости, проведенной от ближнего к старту края финишной линии

- а) головой
- б) шеей
- в) ногой
- г) туловищем

18. Ширина линии разметки на стадионе равна

- а) 3 см
- б) 5 см
- в) 7 см
- г) 10 см

19. Главной в метании является
- а) придание снаряду наибольшей скорости вылета
  - б) инерция движения
  - +  в) «вести» за собой снаряд
  - г) время приложения силы
20. Игра в волейбол продолжается
- а) 1-2 партии
  - +  б) 3-5 партий
  - в) 2-6 партий
  - г) 3-6 партий
21. Волейбол по игровой идее и характеру принадлежит к разделу игр с
- а) ловлей мяча
  - б) броском мяча
  - +  в) отбиванием мяча
  - г) ловлей, броском и отбиванием мяча
22. Волейбол - это вид спорта
- а) циклический
  - +  б) сложно-координационный
  - в) игровой
  - г) военно-прикладной
23. Игра в баскетбол не может начаться, если в одной из команд на площадке нет
- а) 4 игроков
  - +  б) 5 игроков
  - в) 6 игроков
  - г) 7 игроков
24. Наиболее благоприятной при обучении плаванию в крытых плавательных бассейнах считается температура воды
- а) + 15-17 градусов С
  - +  б) + 20-21 градус С
  - в) + 25-26 градусов С
  - г) + 30-32 градуса С
25. В начале XX века в России любители лыж назывались
- а) скользунами
  - б) лыжниками - гонщиками
  - +  в) лыжебежцами
  - г) гонщиками на лыжах

18.6

Число ошибок

1. Анискина Е.Ю -
2. Таранова С.В - 1
3. Шалов М.Ю - 1
4. Смирн Е.И - 1
5. Солопова Ч.А - 1





## ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

### 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:

- 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»;
- 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. В физической культуре выделяют следующие формы

- а) адаптация
- б) высшие достижения в области спорта
- + в) реадaptация
- г) акселерация

2. К формам физической культуры относят

- а) физическую подготовленность
- б) профессионально-прикладную физическую подготовку
- в) мобилизацию
- г) волевою подготовку

3. Отличительной особенностью спорта по отношению к другим формам физической культуры является

- а) развитие интеллекта
- б) соревновательная деятельность
- в) развитие морфологических характеристик
- г) функциональные нагрузки

4. Физическое совершенство – это

- а) максимально возможная гипертрофия мышечной ткани
- б) отдельные стороны двигательных возможностей человека
- + в) исторически обусловленный уровень здоровья, всестороннее развитие физических способностей функционального состояния и психических качеств людей, соответствующий требованиям человеческой деятельности в определенных условиях
- г) педагогический процесс, специфика которого заключается в обучении двигательным действиям и воспитании физических качеств человека

5. К функциям физической культуры не относят

- а) эмоционально – зрелищную
- б) социализации личности
- + в) этническую
- г) оздоровительно-рекреативную

6. С биологической точки зрения физическая подготовка представляет процесс

- а) направленной адаптации организма к тренировочным воздействиям
- б) увеличение в организме количества мышц
- + в) воспитание характера человека
- г) акселерация

7. Физическое развитие – это

- а) определенные стороны двигательных возможностей человека
- б) комплекс морфо - функциональных возможностей организма
- в) педагогический процесс, на формирование физически совершенного человека
- г) часть общечеловеческой культуры, направленный на разностороннее совершенствование организма

8. Температура тела при выполнении физической работы

- а) несколько повышается
- б) несколько понижается
- + в) резко повышается
- г) остается на том же уровне

9. В комплекс утренней гигиенической гимнастике не следует включать упражнения

- а) дыхательные
- + б) с предельными отягощениями
- в) на растяжение мышц

- г) на гибкость
10. Самостоятельные тренировочные занятия целесообразно строить из частей
- а) одной
  - б) трех
  - в) шести
  - г) девяти
11. Оптимальный режим двигательной активности старшеклассников для достижения оздоровительного эффекта составляет часов в неделю
- а) 1
  - б) 2-3
  - в) 6-8
  - г) 12-14
12. Техника физических упражнений – это
- а) способ применения двигательных действий
  - б) отдельные стороны двигательных способностей человека
  - в) сбалансированная динамика физической нагрузки
  - г) способы выполнения двигательных действий, с помощью которых эффективно решается двигательная задача
13. Сила – это способность человека
- а) противостоять утомлению
  - б) преодолевать внешнее сопротивление
  - в) управлять своими движениями
  - г) акселерация
14. Выносливость – это способность организма
- а) выполнять движения в минимальный для данных условий промежуток времени
  - б) адаптироваться к физическим нагрузкам
  - в) длительное время выполнять мышечную нагрузку, преодолевая наступающее утомление
  - г) быстро разучивать новые движения
15. Дистанция в одну стадию равна
- а) 105 м
  - б) 192,27 м
  - в) 199,99 м
  - г) 201,01 м
16. За появление фазы полета дисквалифицируют в следующем виде легкой атлетике
- а) беге
  - б) спортивной ходьбе
  - в) прыжках в высоту
  - г) метании копья
17. Финишный створ считается пересеченным, если легкоатлет коснулся плоскости, проведенной от ближнего к старту края финишной линии
- а) головой
  - б) шеей
  - в) ногой
  - г) туловищем
18. Ширина линии разметки на стадионе равна
- а) 3 см
  - б) 5 см
  - в) 7 см
  - г) 10 см

19. Главной в метании является

- а) придание снаряду наибольшей скорости вылета  
 б) инерция движения  
 в) «вести» за собой снаряд  
 г) время приложения силы

20. Игра в волейбол продолжается

- а) 1-2 партии  
 б) 3-5 партий  
 в) 2-6 партий  
 г) 3-6 партий

21. Волейбол по игровой идее и характеру принадлежит к разделу игр с

- а) ловлей мяча  
 б) броском мяча  
 в) отбиванием мяча  
 г) ловлей, броском и отбиванием мяча

22. Волейбол - это вид спорта

- а) циклический  
 б) сложно-координационный  
 в) игровой  
 г) военно-прикладной

23. Игра в баскетбол не может начаться, если в одной из команд на площадке нет

- а) 4 игроков  
 б) 5 игроков  
 в) 6 игроков  
 г) 7 игроков

24. Наиболее благоприятной при обучении плаванию в крытых плавательных бассейнах считается температура воды

- а) + 15-17 градусов С  
 б) + 20-21 градус С  
 в) + 25-26 градусов С  
 г) + 30-32 градуса С

25. В начале XX века в России любители лыж назывались

- а) скользянами  
 б) лыжниками - гонщиками  
 в) лыжебежцами  
 г) гонщиками на лыжак

215

Числом точек:

- 1) Алексеева Е. Ю -  
 2) Таранова С. Ю - 11  
 3) Смирн Е. Н - 10  
 4) Шамов М. Ю - 11  
 5) Солонина Н. В - 11





## ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

### 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:

- 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»;
- 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. В физической культуре выделяют следующие формы

- а) адаптация
- + б) высшие достижения в области спорта
- в) реадaptация
- г) акселерация

2. К формам физической культуры относят

- а) физическую подготовленность
- + б) профессионально-прикладную физическую подготовку
- в) мобилизацию
- г) волевую подготовку

3. Отличительной особенностью спорта по отношению к другим формам физической культуры является

- а) развитие интеллекта
- б) соревновательная деятельность
- в) развитие морфологических характеристик
- г) функциональные нагрузки

4. Физическое совершенство – это

- а) максимально возможная гипертрофия мышечной ткани
- б) отдельные стороны двигательных возможностей человека
- + б) исторически обусловленный уровень здоровья, всестороннее развитие физических способностей функционального состояния и психических качеств людей, соответствующий требованиям человеческой деятельности в определенных условиях
- г) педагогический процесс, специфика которого заключается в обучении двигательным действиям и воспитании физических качеств человека

5. К функциям физической культуры не относят

- а) эмоционально – зрелищную
- б) социализации личности
- в) этническую
- г) оздоровительно-рекреативную

6. С биологической точки зрения физическая подготовка представляет процесс

- + а) направленной адаптации организма к тренировочным воздействиям
- б) увеличение в организме количества мышц
- в) воспитание характера человека
- г) акселерация

7. Физическое развитие – это

- а) определенные стороны двигательных возможностей человека
- б) комплекс морфо - функциональных возможностей организма
- в) педагогический процесс, на формирование физически совершенного человека
- г) часть общечеловеческой культуры, направленный на разностороннее совершенствование организма

8. Температура тела при выполнении физической работы

- + а) несколько повышается
- б) несколько понижается
- в) резко повышается
- г) остается на том же уровне

9. В комплексе утренней гигиенической гимнастике не следует включать упражнения

- а) дыхательные
- б) с предельными отягощениями
- в) на растяжение мышц

г) на гибкость

10. Самостоятельные тренировочные занятия целесообразно строить из частей

- а) одной
- б) трех
- в) шести
- г) девяти

11. Оптимальный режим двигательной активности старшеклассников для достижения оздоровительного эффекта составляет часов в неделю

- а) 1
- б) 2-3
- в) 6-8
- г) 12-14

12. Техника физических упражнений – это

- а) способ применения двигательных действий
- б) отдельные стороны двигательных способностей человека
- в) сбалансированная динамика физической нагрузки
- г) способы выполнения двигательных действий, с помощью которых эффективно решается двигательная задача

13. Сила – это способность человека

- а) противостоять утомлению
- б) преодолевать внешнее сопротивление
- в) управлять своими движениями
- г) акселерация

14. Выносливость – это способность организма

- а) выполнять движения в минимальный для данных условий промежуток времени
- б) адаптироваться к физическим нагрузкам
- в) длительное время выполнять мышечную нагрузку, преодолевая наступающее утомление
- г) быстро разучивать новые движения

15. Дистанция в одну стадию равна

- а) 105 м
- б) 192,27 м
- в) 199,99 м
- г) 201,01 м

16. За появление фазы полета дисквалифицируют в следующем виде легкой атлетике

- а) беге
- б) спортивной ходьбе
- в) прыжках в высоту
- г) метании копья

17. Финишный створ считается пересеченным, если легкоатлет коснулся плоскости, проведенной от ближнего к старту края финишной линии

- а) головой
- б) шеей
- в) ногой
- г) туловищем

18. Ширина линии разметки на стадионе равна

- а) 3 см
- б) 5 см
- в) 7 см
- г) 10 см

## 19. Главной в метании является

- а) придание снаряду наибольшей скорости вылета
- б) инерция движения
- в) «вести» за собой снаряд
- г) время приложения силы

## 20. Игра в волейбол продолжается

- а) 1-2 партии
- б) 3-5 партий
- в) 2-6 партий
- г) 3-6 партий

## 21. Волейбол по игровой идее и характеру принадлежит к разделу игр с

- а) ловлей мяча
- б) броском мяча
- в) отбиванием мяча
- г) ловлей, броском и отбиванием мяча

## 22. Волейбол - это вид спорта

- а) циклический
- б) сложно-координационный
- в) игровой
- г) военно-прикладной

## 23. Игра в баскетбол не может начаться, если в одной из команд на площадке нет

- а) 4 игроков
- б) 5 игроков
- в) 6 игроков
- г) 7 игроков

## 24. Наиболее благоприятной при обучении плаванию в крытых плавательных бассейнах считается температура воды

- а) + 15-17 градусов С
- б) + 20-21 градус С
- в) + 25-26 градусов С
- г) + 30-32 градуса С

## 25. В начале XX века в России любители лыж назывались

- а) скользянами
- б) лыжниками - гонщиками
- в) лыжебежцами
- г) гонщиками на лыжак

18

Место жюри:

- 1) Алексеева Е. Ю -
- 2) Тарасова С. В - Ж
- 3) Смирн Е. Н - Судья
- 4) Шаповал М. И - Судья
- 5) Солнцева Ч. В - Ж