

Школьный этап Всероссийской олимпиады школьников

9-11 классы

ОУ МКОУ СОШ №1 с.п. Псыгансу

Предмет физическая культура

Дата проведения 10.10.2024г.

Класс 9

КОД участника 9009

Мальчики/Девочки- нужное подчеркнуть

1. Задания с выбором одного или нескольких правильных ответов

1.1. В каком году был создан Международный Олимпийский Комитет?

- а) 1898г.
- б) 1911г.
- в) 1923г.
- г) 1894г.

1.2. Впервые советские спортсмены приняли участие в Олимпийских играх:

- а) в 1948 г.;
- б) в 1952 г.;
- в) в 1956 г.;
- г) в 1960 г.

1.3. При развитии силовой выносливости интенсивность упражнений составляет...

- а) 10-30%
- б) 20-50%
- в) 60-70%
- г) 85-95%

1.4. Бег по пересеченной местности называется:

- а) стипль-чез;
- б) марш-бросок
- в) кросс;
- г) конкур.

1.5. Недостаток витаминов в организме человека называется:

- а) авитаминоз;
- б) гипервитаминоз;
- в) гиповитаминоз;
- г) бактериоз.

1.6. Впервые на Олимпийских играх в Мехико – появился талисман. А под каким талисманом и

какие игры проходили в Москве?

- а) XIX – ягуар;
- б) XXII – медвежонок;
- в) XXIV – тигренок;
- г) XXIII – орленок.

1.7. Гигиена – это...

- а) Область экологии, изучающая особенности воздействия среды обитания на человека;
- б) Свод санитарно-эпидемиологических законов и нормативных документов;
- в) Область медицины, изучающая влияние внешней среды на здоровье человека;
- г) Все выше перечисленное.

1.8. Для совершенствования координационной выносливости используют следующий метод...

- а) Интервальный;
- б) Повторно-прогрессирующий;
- в) Переменный;
- г) Игровой.

1.9. Подводящие упражнения применяются...

- а) Если в двигательном фонде отсутствуют опорные элементы;
- б) Если обучающийся недостаточно физически развит;
- в) Если необходимо устранять причины возникновения ошибок;
- г) Если применяется метод целостно-аналитического упражнения.

1.10. Выберите правильное определение к термину «физическое упражнение»?

- а) Это двигательное действие, используемое для физического совершенствования человека;

- б) Это двигательное действие, дозируемое по величине нагрузки и продолжительности выполнения;
- в) Это форма двигательных действий;
- г) Это движения, выполняемые на уроке физической культуры.

1.11. Максимальное напряжение мышц достигается при работе мышц в...

- а) Уступающем режиме;
- б) Преодолевающим режиме;
- в) Удерживающем режиме;
- г) Статическом режиме.

1.12. Лучшие условия для развития взрывной силы мышц ног создаются во время...

- а) Челночного бега;
- б) Прыжков в глубину;
- в) Подвижных игр;
- г) Приседаний со штангой.

1.13. При выполнении физических упражнений нагрузка регулируется:

- а) Сочетанием объема и интенсивности при выполнении двигательных действий;
- б) Частотой сердечных сокращений;
- в) Степенью преодолеваемых трудностей;
- г) Утомлением, возникающим в результате их выполнения.

1.14. Сумма движений, выполняемых человеком в процессе жизнедеятельности объединяется в понятие:

- а) Биологическая активность;
- б) Оптимальная активность;
- в) Двигательная активность;
- г) Физиологическая активность.

1.15. Дополните определение: «Сила – это способность преодолевать... или противостоять ему за счет.....».

- а) Внутреннее сопротивление; мышечного напряжения;
- б) Внешнее сопротивление; мышечного усилия;
- в) Физические упражнения; внутреннего потенциала;
- г) Физическую нагрузку; мышечного напряжения.

1.16. Минимальный расход энергии на мышечную деятельность должен ежедневно составлять не менее...

- а) 1000-1300 ккал;
- б) 800-1100 ккал;
- в) 1300-1500 ккал;
- г) 1400-1600 ккал.

1.17. Недостаток мышечной активности современного человека называют:

- а) Гипокинезией;
- б) Атрофия;
- в) Гипоксией;
- г) Гипертрофия.

1.18. Что является мериллом выносливости?

- а) Амплитуда движений;
- б) Сила мышц;
- в) Время;
- г) Быстрота двигательной реакции.

1.19. Вес баскетбольного мяча должен быть...

- а) не менее 537г, не более 630г;
- б) не менее 550г, не более 645г;
- в) не менее 573г, не более 670г;
- г) не менее 567г, не более 650г.

1.20. Игровое время в баскетболе состоит...

- а) Из 4 периодов по 10 минут;
- б) Из 3 периодов по 8 минут;
- в) Из 4 периодов по 12 минут;
- г) Из 6 периодов по 10 минут.

1.21. При каком количестве фолов игрок должен быть удален из игры по правилам ФИБА:

- а) 7
- б) 3
- в) 6
- г) 5

1.22. Физическая культура ориентирована на совершенствование ...

- а) Физических и психических качеств людей;
- б) Техники двигательных действий;
- в) Работоспособности человека;
- г) Природных физических свойств человека.

1.23. Под физическим развитием понимается...

- а) Процесс изменения морфофункциональных свойств организма на протяжении жизни;
- б) Размеры мускулатуры, форма тела, функциональные возможности дыхания и кровообращения, физическая работоспособность;
- в) Процесс совершенствования физических качеств посредством физических упражнений;
- г) Уровень, обусловленный наследственностью и регулярностью занятий физической культурой и спортом.

1.24. В каком году и где впервые сборная команда России приняла участие в Олимпийском турнире по футболу?

- а) 1948 в Лондоне;
- б) 1912 в Стокгольме;
- в) 1920 в Бельгии;
- г) 1904 в Канаде.

1.25. Какое минимальное количество игроков должно быть в команде, при котором она допускается к игре в футбол?

- а) Не менее 7;
- б) Не менее 6;
- в) Не менее 8;
- г) Не менее 5.

1.26. Какое наказание следует в футболе: если вратарь, находясь в пределах штрафной площади, касается мяча руками за ее пределами?

- а) Угловой удар;
- б) Свободный удар;
- в) Штрафной удар;
- г) 11 метровый удар.

1.27. Автором создания игры в волейбол считается...

- а) Елмери Бери;
- б) Вильям Морган;
- в) Ясутака Мацудайра;
- г) Анатолий Эйнгорн.

1.28. В течение какого времени в волейболе подающий должен нанести удар по мячу после свистка первого судьи на подачу?

- а) 8 секунд;
- б) 3 секунд;
- в) 10 секунд;
- г) 7 секунд.

1.29. Определение, применяемое в волейболе: «действие игроков вблизи сетки по преграждению пути мяча, направленному соперником, поднятием руки выше верхнего края сетки»

- означает...
- а) Атакующий удар;
 - б) Блокирование;
 - в) Заслон;
 - г) Задержка.

1.30. Размеры волейбольной площадки составляют:

- а) 6x9 м.;
- б) 9x12 м.;
- в) 8x16 м.;
- г) 9x18 м.

2. Задания, в которых правильный ответ надо дописать

2.1. Остановка для отдыха в походе называется

Привал

2.2. Под тестированием уровня физической подготовленности понимается

Измерение уровня развития основных физических качеств.

2.3. Под быстротой как физическим качеством понимают

Способность совершать двигательные действия за минимальное время

2.4. Физическая культура представляет собой

Часть человеческой культуры

2.5. Туфли для бега называются

Шиповки

3. Задания на соотнесение понятий и определений

3.1. Укажите 3 принципа самостоятельного освоения двигательных действий в физической

культуре?

- | | |
|---------------------------------|------------------------------------|
| 1. От низкого к высокому | 4. От ближнего к дальнему |
| 2. От известного к неизвестному | 5. От субъективного к объективному |
| 3. От простого к сложному | 6. От освоенного к неосвоенному |

Варианты ответов:

- а) 1,3,4
- б) 1,2,6
- в) 2,3,6
- г) 3,5,6

3.2. При проведении закаливающих процедур нужно придерживаться основным принципам закаливания. Определите какие?

1. Принцип систематичности;
2. Принцип разнообразности;
3. Принцип постепенности;
4. Принцип активности;
5. Принцип индивидуальности.

Варианты ответов:

- а) 2,4,5
- б) 1,3,5
- в) 1,2,4
- г) 3,4,5

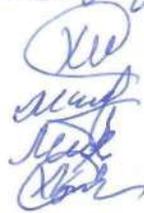
Практическая часть

Категория	Легкая атлетика	Футбол	Волейбол	Баскетбол	Гимнастика
Кол-во баллов	20	20	20	20	20

Итого всего баллов по теории и практике 110

Председатель жюри  М.Б.Безирова

Члены жюри



Шереужев Х.Х.
Шабатуков М.М.
Лешкенов А.З.
Темиржанов Х.Б.

Школьный этап Всероссийской олимпиады школьников

9-11 классы

ОУ МКОУ СОШ №1 с.п. Псыгансу

Предмет физическая культура

Дата проведения 10.10.2024г.

Класс 9

КОД участника 9008

Мальчики/Девочки- нужное подчеркнуть

1. Задания с выбором одного или нескольких правильных ответов

1.1. В каком году был создан Международный Олимпийский Комитет?

- а) 1898г.
- б) 1911г.
- в) 1923г.
- г) 1894г.

1.2. Впервые советские спортсмены приняли участие в Олимпийских играх:

- а) в 1948 г.;
- б) в 1952 г.;
- в) в 1956 г.;
- г) в 1960 г.

1.3. При развитии силовой выносливости интенсивность упражнений составляет...

- а) 10-30%
- б) 20-50%
- в) 60-70%
- г) 85-95%

1.4. Бег по пересеченной местности называется:

- а) стипль-чез;
- б) марш-бросок
- в) кросс;
- г) конкур.

1.5. Недостаток витаминов в организме человека называется:

- а) авитаминоз;
- б) гипервитаминоз;
- в) гиповитаминоз;
- г) бактериоз.

1.6. Впервые на Олимпийских играх в Мехико – появился талисман. А под каким талисманом и

какие игры проходили в Москве?

- а) XIX – ягуар;
- б) XXII – медвежонок;
- в) XXIV – тигренок;
- г) XXIII – орленок.

1.7. Гигиена – это...

- а) Область экологии, изучающая особенности воздействия среды обитания на человека;
- б) Свод санитарно-эпидемиологических законов и нормативных документов;
- в) Область медицины, изучающая влияние внешней среды на здоровье человека;
- г) Все выше перечисленное.

1.8. Для совершенствования координационной выносливости используют следующий метод...

- а) Интервальный;
- б) Повторно-прогрессирующий;
- в) Переменный;
- г) Игровой.

1.9. Подводящие упражнения применяются...

- а) Если в двигательном фонде отсутствуют опорные элементы;
- б) Если обучающийся недостаточно физически развит;
- в) Если необходимо устранять причины возникновения ошибок;
- г) Если применяется метод целостно-аналитического упражнения.

1.10. Выберите правильное определение к термину «физическое упражнение»?

- а) Это двигательное действие, используемое для физического совершенствования человека;

1.22. Физическая культура ориентирована на совершенствование ...

- а) Физических и психических качеств людей;
- б) Техники двигательных действий;
- в) Работоспособности человека;
- г) Природных физических свойств человека.

1.23. Под физическим развитием понимается...

- а) Процесс изменения морфофункциональных свойств организма на протяжении жизни;
- б) Размеры мускулатуры, форма тела, функциональные возможности дыхания и кровообращения, физическая работоспособность;
- в) Процесс совершенствования физических качеств посредством физических упражнений;
- г) Уровень, обусловленный наследственностью и регулярностью занятий физической культурой и спортом.

1.24. В каком году и где впервые сборная команда России приняла участие в Олимпийском турнире по футболу?

- а) 1948 в Лондоне;
- б) 1912 в Стокгольме;
- в) 1920 в Бельгии;
- г) 1904 в Канаде.

1.25. Какое минимальное количество игроков должно быть в команде, при котором она допускается к игре в футбол?

- а) Не менее 7;
- б) Не менее 6;
- в) Не менее 8;
- г) Не менее 5.

1.26. Какое наказание следует в футболе: если вратарь, находясь в пределах штрафной площади, касается мяча руками за ее пределами?

- а) Угловой удар;
- б) Свободный удар;
- в) Штрафной удар;
- г) 11 метровый удар.

1.27. Автором создания игры в волейбол считается...

- а) Елмери Бери;
- б) Вильям Морган;
- в) Ясутака Мацудаира;
- г) Анатолий Эйнгорн.

1.28. В течение какого времени в волейболе подающий должен нанести удар по мячу после свистка первого судьи на подачу?

- а) 8 секунд;
- б) 3 секунд;
- в) 10 секунд;
- г) 7 секунд.

1.29. Определение, применяемое в волейболе: «действие игроков вблизи сетки по преграждению пути мяча, направленному соперником, поднятием руки выше верхнего края сетки»

означает...

- а) Атакующий удар;
- б) Блокирование;
- в) Заслон;
- г) Задержка.

1.30. Размеры волейбольной площадки составляют:

- а) 6x9 м.;
- б) 9x12 м.;
- в) 8x16 м.;
- г) 9x18 м.

2. Задания, в которых правильный ответ надо дописать

2.1. Остановка для отдыха в походе называется

Привал

2.2. Под тестированием уровня физической подготовленности понимается

Измерение уровня развития основных физических качеств

2.3. Под быстротой как физическим качеством понимают

Способность совершать двигательные действия за минимальное время

2.4. Физическая культура представляет собой

часть человеческой культуры

2.5. Туфли для бега называются

шиповки

3. Задания на соотнесение понятий и определений

3.1. Укажите 3 принципа самостоятельного освоения двигательных действий в физической

культуре?

- | | |
|---------------------------------|------------------------------------|
| 1. От низкого к высокому | 4. От ближнего к дальнему |
| 2. От известного к неизвестному | 5. От субъективного к объективному |
| 3. От простого к сложному | 6. От освоенного к неосвоенному |

Варианты ответов:

- а) 1,3,4
- б) 1,2,6
- в) 2,3,6
- г) 3,5,6

3.2. При проведении закаливающих процедур нужно придерживаться основным принципам закаливания. Определите какие?

1. Принцип систематичности;
2. Принцип разнообразности;
3. Принцип постепенности;
4. Принцип активности;
5. Принцип индивидуальности.

Варианты ответов:

- а) 2,4,5
- б) 1,3,5
- в) 1,2,4
- г) 3,4,5

Практическая часть

Категория	Легкая атлетика	Футбол	Волейбол	Баскетбол	Гимнастика
Кол-во баллов	18		18	18	18

Итого всего баллов по теории и практике 102

Председатель жюри  М.Б.Безирова

Члены жюри

 Шереужев Х.Х.
 Шабатуков М.М.
 Лешкенов А.З.
 Темиржанов Х.Б.

Школьный этап Всероссийской олимпиады школьников

9-11 классы

ОУ МКОУ СОШ №1 с.п. Псыгансу

Предмет физическая культура

Дата проведения 10.10.24

Класс 10

КОД участника 1001

Мальчики/Девочки- нужное подчеркнуть

1. Задания с выбором одного или нескольких правильных ответов

1.1. В каком году был создан Международный Олимпийский Комитет?

- а) 1898г.
- б) 1911г.
- в) 1923г.
- г) 1894г.

1.2. Впервые советские спортсмены приняли участие в Олимпийских играх:

- а) в 1948 г.;
- б) в 1952 г.;
- в) в 1956 г.;
- г) в 1960 г.

1.3. При развитии силовой выносливости интенсивность упражнений составляет...

- а) 10-30%
- б) 20-50%
- в) 60-70%
- г) 85-95%

1.4. Бег по пересеченной местности называется:

- а) стипль-чез;
- б) марш-бросок
- в) кросс;
- г) конкур.

1.5. Недостаток витаминов в организме человека называется:

- а) авитаминоз;
- б) гипервитаминоз;
- в) гиповитаминоз;
- г) бактериоз.

1.6. Впервые на Олимпийских играх в Мехико – появился талисман. А под каким талисманом и

какие игры проходили в Москве?

- а) XIX – ягуар;
- б) XXII – медвежонок;
- в) XXIV – тигренок;
- г) XXIII – орленок.

1.7. Гигиена – это...

- а) Область экологии, изучающая особенности воздействия среды обитания на человека;
- б) Свод санитарно-эпидемиологических законов и нормативных документов;
- в) Область медицины, изучающая влияние внешней среды на здоровье человека;
- г) Все выше перечисленное.

1.8. Для совершенствования координационной выносливости используют следующий метод...

- а) Интервальный;
- б) Повторно-прогрессирующий;
- в) Переменный;
- г) Игровой.

1.9. Подводящие упражнения применяются...

- а) Если в двигательном фонде отсутствуют опорные элементы;
- б) Если обучающийся недостаточно физически развит;
- в) Если необходимо устранять причины возникновения ошибок;
- г) Если применяется метод целостно-аналитического упражнения.

1.10. Выберите правильное определение к термину «физическое упражнение»?

- а) Это двигательное действие, используемое для физического совершенствования человека;

1.22. Физическая культура ориентирована на совершенствование ...

- а) Физических и психических качеств людей;
- б) Техники двигательных действий;
- в) Работоспособности человека;
- г) Природных физических свойств человека.

1.23. Под физическим развитием понимается...

- а) Процесс изменения морфофункциональных свойств организма на протяжении жизни;
- б) Размеры мускулатуры, форма тела, функциональные возможности дыхания и кровообращения, физическая работоспособность;
- в) Процесс совершенствования физических качеств посредством физических упражнений;
- г) Уровень, обусловленный наследственностью и регулярностью занятий физической культурой и спортом.

1.24. В каком году и где впервые сборная команда России приняла участие в Олимпийском турнире по футболу?

- а) 1948 в Лондоне;
- б) 1912 в Стокгольме;
- в) 1920 в Бельгии;
- г) 1904 в Канаде.

1.25. Какое минимальное количество игроков должно быть в команде, при котором она допускается к игре в футбол?

- а) Не менее 7;
- б) Не менее 6;
- в) Не менее 8;
- г) Не менее 5.

1.26. Какое наказание следует в футболе: если вратарь, находясь в пределах штрафной площади, касается мяча руками за ее пределами?

- а) Угловой удар;
- б) Свободный удар;
- в) Штрафной удар;
- г) 11 метровый удар.

1.27. Автором создания игры в волейбол считается...

- а) Елмери Бери;
- б) Вильям Морган;
- в) Ясутака Мацудаира;
- г) Анатолий Эйнгорн.

1.28. Втечение какого времени в волейболе подающий должен нанести удар по мячу после свистка первого судьи на подачу?

- а) 8 секунд;
- б) 3 секунд;
- в) 10 секунд;
- г) 7 секунд.

1.29. Определение, применяемое в волейболе: «действие игроков вблизи сетки по преграждению пути мяча, направленному соперником, поднятием руки выше верхнего края сетки»

означает...

- а) Атакующий удар;
- б) Блокирование;
- в) Заслон;
- г) Задержка.

1.30. Размеры волейбольной площадки составляют:

- а) 6x9 м.;
- б) 9x12 м.;
- в) 8x16 м.;
- г) 9x18 м.

2. Задания, в которых правильный ответ надо дописать

2.1. Остановка для отдыха в походе называется

приева

2.2. Под тестированием уровня физической подготовленности понимается

измерения уровня развития физических качеств

2.3. Под быстротой как физическим качеством понимают

способность совершать двигательные действия за минимальное время

2.4. Физическая культура представляет собой

часть человеческой культуры

2.5. Туфли для бега называются

шипован

3. Задания на соотнесение понятий и определений

3.1. Укажите 3 принципа самостоятельного освоения двигательных действий в физической

культуре?

- | | |
|---------------------------------|------------------------------------|
| 1. От низкого к высокому | 4. От ближнего к дальнему |
| 2. От известного к неизвестному | 5. От субъективного к объективному |
| 3. От простого к сложному | 6. От освоенного к неосвоенному |

Варианты ответов:

- а) 1,3,4
- б) 1,2,6
- в) 2,3,6
- г) 3,5,6

3.2. При проведении закаливающих процедур нужно придерживаться основным принципам закаливания. Определите какие?

1. Принцип систематичности;
2. Принцип разнообразности;
3. Принцип постепенности;
4. Принцип активности;
5. Принцип индивидуальности.

Варианты ответов:

- а) 2,4,5
- б) 1,3,5
- в) 1,2,4
- г) 3,4,5

Практическая часть

Категория	Легкая атлетика	Футбол	Волейбол	Баскетбол	Гимнастика
Кол-во баллов	20	20	18	20	18

Итого всего баллов по теории и практике 107

Председатель жюри  М.Б.Безирова

Члены жюри

 Шереужев Х.Х.
 Шабатуков М.М.
 Лешкенов А.З.
 Темиржанов Х.Б.

Школьный этап Всероссийской олимпиады школьников

9-11 классы

ОУ МКОУ СОШ №1 с.п. Псыгансу

Предмет физическая культура

Дата проведения 10.10.20

Класс 11

КОД участника 11008

Мальчики/Девочки- нужное почеркнуть

1. Задания с выбором одного или нескольких правильных ответов

1.1. В каком году был создан Международный Олимпийский Комитет?

а) 1898г.

б) 1911г.

в) 1923г.

г) 1894г.

1.2. Впервые советские спортсмены приняли участие в Олимпийских играх:

а) в 1948 г.;

в) в 1956 г.;

б) в 1952 г.;

г) в 1960 г.

1.3. При развитии силовой выносливости интенсивность упражнений составляет...

а) 10-30%

б) 60-70%

б) 20-50%

г) 85-95%

1.4. Бег по пересеченной местности называется:

а) стипль-чез;

в) кросс;

б) марш-бросок

г) конкур.

1.5. Недостаток витаминов в организме человека называется:

а) авитаминоз;

в) гиповитаминоз;

б) гипервитаминоз;

г) бактериоз.

1.6. Впервые на Олимпийских играх в Мехико – появился талисман. А под каким талисманом и

какие игры проходили в Москве?

а) XIX – ягуар;

в) XXIV – тигренок;

б) XXII – медвежонок;

г) XXIII – орленок.

1.7. Гигиена – это...

а) Область экологии, изучающая особенности воздействия среды обитания на человека;

б) Свод санитарно-эпидемиологических законов и нормативных документов;

в) Область медицины, изучающая влияние внешней среды на здоровье человека;

г) Все выше перечисленное.

1.8. Для совершенствования координационной выносливости используют следующий метод...

а) Интервальный;

в) Переменный;

б) Повторно-прогрессирующий;

г) Игровой.

1.9. Подводящие упражнения применяются...

а) Если в двигательном фонде отсутствуют опорные элементы;

б) Если обучающийся недостаточно физически развит;

в) Если необходимо устранять причины возникновения ошибок;

г) Если применяется метод целостно-аналитического упражнения.

1.10. Выберите правильное определение к термину «физическое упражнение»?

а) Это двигательное действие, используемое для физического совершенствования человека;

- б) Это двигательное действие, дозируемое по величине нагрузки и продолжительности выполнения;
- в) Это форма двигательных действий;
- г) Это движения, выполняемые на уроке физической культуры.

1.11. Максимальное напряжение мышц достигается при работе мышц в...

- а) Уступающем режиме;
- б) Преодолевающим режиме;
- в) Удерживающем режиме;
- г) Статическом режиме.

1.12. Лучшие условия для развития взрывной силы мышц ног создаются во время...

- а) Челночного бега;
- б) Прыжков в глубину;
- в) Подвижных игр;
- г) Приседаний со штангой.

1.13. При выполнении физических упражнений нагрузка регулируется:

- а) Сочетанием объема и интенсивности при выполнении двигательных действий;
- б) Частотой сердечных сокращений;
- в) Степенью преодолеваемых трудностей;
- г) Утомлением, возникающим в результате их выполнения.

1.14. Сумма движений, выполняемых человеком в процессе жизнедеятельности объединяется в понятие:

- а) Биологическая активность;
- б) Оптимальная активность;
- в) Двигательная активность;
- г) Физиологическая активность.

1.15. Дополните определение: «Сила – это способность преодолевать... или противостоять ему за счет.....».

- а) Внутреннее сопротивление; мышечного напряжения;
- б) Внешнее сопротивление; мышечного усилия;
- в) Физические упражнения; внутреннего потенциала;
- г) Физическую нагрузку; мышечного напряжения.

1.16. Минимальный расход энергии на мышечную деятельность должен ежедневно составлять не менее...

- а) 1000-1300 ккал;
- б) 800-1100 ккал;
- в) 1300-1500 ккал;
- г) 1400-1600 ккал.

1.17. Недостаток мышечной активности современного человека называют:

- а) Гипокинезией;
- б) Атрофия;
- в) Гипоксией;
- г) Гипертрофия.

1.18. Что является мериллом выносливости?

- а) Амплитуда движений;
- б) Сила мышц;
- в) Время;
- г) Быстрота двигательной реакции.

1.19. Вес баскетбольного мяча должен быть...

- а) не менее 537г, не более 630г;
- б) не менее 550г, не более 645г;
- в) не менее 573г, не более 670г;
- г) не менее 567г, не более 650г.

1.20. Игровое время в баскетболе состоит...

- а) Из 4 периодов по 10 минут;
- б) Из 3 периодов по 8 минут;
- в) Из 4 периодов по 12 минут;
- г) Из 6 периодов по 10 минут.

1.21. При каком количестве фолов игрок должен быть удален из игры по правилам ФИФА:

- а) 7
- б) 3
- в) 6
- г) 5

1.22. Физическая культура ориентирована на совершенствование ...

- а) Физических и психических качеств людей;
- б) Техники двигательных действий;
- в) Работоспособности человека;
- г) Природных физических свойств человека.

1.23. Под физическим развитием понимается...

- а) Процесс изменения морфофункциональных свойств организма на протяжении жизни;
- б) Размеры мускулатуры, форма тела, функциональные возможности дыхания и кровообращения, физическая работоспособность;
- в) Процесс совершенствования физических качеств посредством физических упражнений;
- г) Уровень, обусловленный наследственностью и регулярностью занятий физической культурой и спортом.

1.24. В каком году и где впервые сборная команда России приняла участие в Олимпийском турнире по футболу?

- а) 1948 в Лондоне;
- б) 1912 в Стокгольме;
- в) 1920 в Бельгии;
- г) 1904 в Канаде.

1.25. Какое минимальное количество игроков должно быть в команде, при котором она допускается к игре в футбол?

- а) Не менее 7;
- б) Не менее 6;
- в) Не менее 8;
- г) Не менее 5.

1.26. Какое наказание следует в футболе: если вратарь, находясь в пределах штрафной площади, касается мяча руками за ее пределами?

- а) Угловой удар;
- б) Свободный удар;
- в) Штрафной удар;
- г) 11 метровый удар.

1.27. Автором создания игры в волейбол считается...

- а) Елмери Бери;
- б) Вильям Морган;
- в) Ясутака Мацудаира;
- г) Анатолий Эйнгорн.

1.28. В течение какого времени в волейболе подающий должен нанести удар по мячу после свистка первого судьи на подачу?

- а) 8 секунд;
- б) 3 секунд;
- в) 10 секунд;
- г) 7 секунд.

1.29. Определение, применяемое в волейболе: «действие игроков вблизи сетки по преграждению пути мяча, направленному соперником, поднятием руки выше верхнего края сетки»

означает...

- а) Атакующий удар;
- б) Блокирование;
- в) Заслон;
- г) Задержка.

1.30. Размеры волейбольной площадки составляют:

- а) 6x9 м.;
- б) 9x12 м.;
- в) 8x16 м.;
- г) 9x18 м.

2. Задания, в которых правильный ответ надо дописать

2.1. Остановка для отдыха в походе называется

трибун

2.2. Под тестированием уровня физической подготовленности понимается

Измерение уровня нагрузки организма
физическим качеством

2.3. Под быстротой как физическим качеством понимают

Способность совершать двигательные действия
за минимальное время

2.4. Физическая культура представляет собой

Часть человеческой культуры

2.5. Туфли для бега называются

3. Задания на соотнесение понятий и определений

3.1. Укажите 3 принципа самостоятельного освоения двигательных действий в физической

культуре?

- | | |
|---------------------------------|------------------------------------|
| 1. От низкого к высокому | 4. От ближнего к дальнему |
| 2. От известного к неизвестному | 5. От субъективного к объективному |
| 3. От простого к сложному | 6. От освоенного к неосвоенному |

Варианты ответов: а) 1,3,4

б) 1,2,6

в) 2,3,6

г) 3,5,6

3.2. При проведении закаливающих процедур нужно придерживаться основным принципам закаливания. Определите какие?

1. Принцип систематичности;
2. Принцип разнообразности;
3. Принцип постепенности;
4. Принцип активности;
5. Принцип индивидуальности.

Варианты ответов:

а) 2,4,5

б) 1,3,5

в) 1,2,4

г) 3,4,5

268

Практическая часть

Категория	Легкая атлетика	Футбол	Волейбол	Баскетбол	Гимнастика
Кол-во баллов	10	18	19	10	14

685

Итого всего баллов по теории и практике 945 *ша*Председатель жюри *М.Б.Безирова*

Члены жюри

Шереужев Х.Х.
Шабатуков М.М.
Лешкенов А.З.
Темиржанов Х.Б.

Школьный этап Всероссийской олимпиады школьников

9-11 классы

ОУ МКОУ СОШ №1 с.п. Псыгансу

Предмет физич. культ

Дата проведения 10.10.24

Класс 11

КОД участника 11002

Мальчики/Девочки- нужное почеркнуть

1. Задания с выбором одного или нескольких правильных ответов

1.1. В каком году был создан Международный Олимпийский Комитет?

а) 1898г.

б) 1911г.

в) 1923г.

г) 1894г.

1.2. Впервые советские спортсмены приняли участие в Олимпийских играх:

а) в 1948 г.;

в) в 1956 г.;

б) в 1952 г.;

г) в 1960 г.

1.3. При развитии силовой выносливости интенсивность упражнений составляет...

а) 10-30%

в) 60-70%

б) 20-50%

г) 85-95%

1.4. Бег по пересеченной местности называется:

а) стипль-чез;

в) кросс;

б) марш-бросок

г) конкур.

1.5. Недостаток витаминов в организме человека называется:

а) авитаминоз;

в) гиповитаминоз;

б) гипервитаминоз;

г) бактериоз.

1.6. Впервые на Олимпийских играх в Мехико – появился талисман. А под каким талисманом и

какие игры проходили в Москве?

а) XIX – ягуар;

в) XXIV – тигренок;

б) XXII – медвежонок;

г) XXIII – орленок.

1.7. Гигиена – это...

а) Область экологии, изучающая особенности воздействия среды обитания на человека;

б) Свод санитарно-эпидемиологических законов и нормативных документов;

в) Область медицины, изучающая влияние внешней среды на здоровье человека;

г) Все выше перечисленное.

1.8. Для совершенствования координационной выносливости используют следующий метод...

а) Интервальный;

в) Переменный;

б) Повторно-прогрессирующий;

г) Игровой.

1.9. Подводящие упражнения применяются...

а) Если в двигательном фонде отсутствуют опорные элементы;

б) Если обучающийся недостаточно физически развит;

в) Если необходимо устранять причины возникновения ошибок;

г) Если применяется метод целостно-аналитического упражнения.

1.10. Выберите правильное определение к термину «физическое упражнение»?

а) Это двигательное действие, используемое для физического совершенствования человека;

† 1.22. Физическая культура ориентирована на совершенствование ...

- а) Физических и психических качеств людей;
- б) Техники двигательных действий;
- в) Работоспособности человека;
- г) Природных физических свойств человека.

† 1.23. Под физическим развитием понимается...

- а) Процесс изменения морфофункциональных свойств организма на протяжении жизни;
- б) Размеры мускулатуры, форма тела, функциональные возможности дыхания и кровообращения, физическая работоспособность;
- в) Процесс совершенствования физических качеств посредством физических упражнений;
- г) Уровень, обусловленный наследственностью и регулярностью занятий физической культурой и спортом.

1.24. В каком году и где впервые сборная команда России приняла участие в Олимпийском турнире по футболу?

- а) 1948 в Лондоне;
- б) 1912 в Стокгольме;
- в) 1920 в Бельгии;
- г) 1904 в Канаде.

1.25. Какое минимальное количество игроков должно быть в команде, при котором она допускается к игре в футбол?

- а) Не менее 7;
- б) Не менее 8;
- в) Не менее 9;
- г) Не менее 5.

† 1.26. Какое наказание следует в футболе: если вратарь, находясь в пределах штрафной площади, касается мяча руками за ее пределами?

- а) Угловой удар;
- б) Свободный удар;
- в) Штрафной удар;
- г) 11 метровый удар.

— 1.27. Автором создания игры в волейбол считается...

- а) Елмери Бери;
- б) Вильям Морган;
- в) Ясутака Мацудайра;
- г) Анатолий Эйнгорн.

1.28. В течение какого времени в волейболе подающий должен нанести удар по мячу после свистка первого судьи на подачу?

- а) 8 секунд;
- б) 3 секунд;
- в) 10 секунд;
- г) 7 секунд.

1.29. Определение, применяемое в волейболе: «действие игроков вблизи сетки по преграждению пути мяча, направленному соперником, поднятием руки выше верхнего края сетки»

означает...

- а) Атакующий удар;
- б) Блокирование;
- в) Заслон;
- г) Задержка.

† 1.30. Размеры волейбольной площадки составляют:

- а) 6x9 м.;
- б) 9x12 м.;
- в) 8x16 м.;
- г) 9x18 м.

2. Задания, в которых правильный ответ надо дописать

2.1. Остановка для отдыха в походе называется

2.2. Под тестированием уровня физической подготовленности понимается

2.3. Под быстротой как физическим качеством понимают

2.4. Физическая культура представляет собой

2.5. Туфли для бега называются

3. Задания на соотнесение понятий и определений

3.1. Укажите 3 принципа самостоятельного освоения двигательных действий в физической

культуре?

- | | |
|---------------------------------|------------------------------------|
| 1. От низкого к высокому | 4. От ближнего к дальнему |
| 2. От известного к неизвестному | 5. От субъективного к объективному |
| 3. От простого к сложному | 6. От освоенного к неосвоенному |

Варианты ответов:

- а) 1,3,4
- б) 1,2,6
- в) 2,3,6
- г) 3,5,6

3.2. При проведении закалывающих процедур нужно придерживаться основным принципам закаливания. Определите какие?

1. Принцип систематичности;
2. Принцип разнообразности;
3. Принцип постепенности;
4. Принцип активности;
5. Принцип индивидуальности.

Варианты ответов:

- а) 2,4,5
- б) 1,3,5
- в) 1,2,4
- г) 3,4,5

118-

Практическая часть

Категория	Легкая атлетика	Футбол	Волейбол	Баскетбол	Гимнастика
Кол-во баллов	10	15	18	19	12

740.

Итого всего баллов по теории и практике 85 балловПредседатель жюри  М.Б.Безирова

Члены жюри

 Шереужев Х.Х.
 Шабатуков М.М.
 Лешкенов А.З.
 Темиржанов Х.Б.