**ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

**ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП.**

**9 - 11 КЛАССЫ**

**Инструкция по выполнению заданий**

Внимательно прочитайте каждое задание.

Время выполнения всех заданий теоретико – методического тура – 45 минут

Максимальное количество баллов за оба тура – 100 баллов.

Максимальный **«зачетный»** балл за теоретико – методический тур - 20

Теоретико – методический тур – 50 баллов.

Максимальный **«зачетный»** балл за практический тур - 80 баллов (40 – гимнастика и 40 – полоса препятствий).

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР

**Инструкция по выполнению заданий**

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к уровню знаний учащихся общеобразовательных школ по предмету «Физическая культура».

Задания объединены в 5 групп.

**I. Задания с выбором одного правильного ответа.** При выполнении этих заданий необходимо выбрать единственно правильный вариант из предложенных. Среди вариантов могут встретиться частично правильные. Правильным является только один ответ – тот, который наиболее полно соответствует смыслу утверждения. Выбранный вариант отмечается зачёркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в» или «г».

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 1 балл.

**II. Задания, в которых необходимо завершить высказывание или ответить на вопрос.** При выполнении этих заданий необходимо самостоятельно подобрать недостающие слова, чтобы получилось верное утверждение. Подобранные слова вписывайте в соответствующую графу бланка ответов. Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2 балла.

**III. Задания на установление соответствия между понятиями.** Каждое верно установленное соответствие этой группы оценивается в 1 балл.

**IV. Заданий на установление правильной последовательности действий.** Правильно установленная последовательность оценивается в 3 балла.

**V. Задание – задача. Все расчёты (с формулой), ответ записывайте в бланк ответов.** Правильно выполненные все записи и расчёты оцениваются в 3 балла**.**

**Желаем успеха!**

**1. На каком снаряде не соревнуются мужчины в спортивной гимнастике?**

а) брусья

б) бревно

в) конь

г) кольца

**2. Какой из видов спорта относится к борьбе?**

а) карате

б) ушу

в) бокс

г) самбо

**3. На что преимущественно воздействует бег с изменением направления движения?**

а) на координацию движений

б) на скоростно-силовые способности

в) на быстроту двигательной реакции

г) на активную гибкость

**4. С какого способа начинается комплексное плавание?**

а) вольный стиль

б) баттерфляй

в) кроль на спине

г) брасс

**5. На каком расстоянии от внутреннего края лицевой линии находится линия штрафного броска в баскетболе?**

а) 6,25 м

б) 6,75 м

в) 4,75 м

г) 5,80 м

**6. Как называется процесс использования физических упражнений в качестве активного отдыха?**

а) реабилитация

б) рекреация

в) реадаптация

г) реорганизация

**7. В каком виде спорта не используется ракетка?**

а) теннис

б) сквош

в) софтбол

г) бадминтон

**8. В каком году советские спортсмены бойкотировали Игры Олимпиады?**

а) в 1952 году

б) в 1980 году

в) в 1984 году

г) в 1992 году

**9. В каком игровом виде спорта выигрыш мяча может принести разное количество очков?**

а) волейбол

б) баскетбол

в) футбол

г) гандбол

**10. В каком виде спорта проявляется простая двигательная реакция?**

а) в вольной борьбе

б) в волейболе

в) в спортивной гимнастике

г) в плавании

**11. Как называется комплекс мероприятий, позволяющих определить высокую степень предрасположенности (одарённость) ребёнка, подростка, юноши к определённому роду спортивной деятельности (виду спорта)?**

а) спортивный отбор

б) контрольная прикидка

в) просмотр

г) спортивная ориентация

**12. Какого технического приёма не существует в баскетболе?**

а) выбивание мяча

б) передача мяча

в) бросок мяча

г) подача мяча

**13. В каком году впервые от имени участников была произнесена олимпийская клятва?**

а) в 1908 г.

б) в 1920 г.

в) в 1932 г.

г) в 1936 г.

**14. На каком рисунке изображено положение «стойка руки на пояс»?**

А Б ВГ

**15. К какому характеру работы относится упражнение «приседание»?**

а) глобальному

б) локальному

в) региональному

г) местному

**16. Победитель античных Олимпийских игр – это**

**17. Как называются брусья в спортивной гимнастике в мужской программе?**

**18. Уровень спортивного мастерства спортсмена – это его …**

**19. Какое игровое амплуа было у советского спортсмена Льва Яшина?**

**20. Напишите номер Олимпиады 2020 года арабскими цифрами.**

**21. Соотнесите вид спорта и соответствующий ему инвентарь (оборудование).**

|  |  |
| --- | --- |
| 1) спортивная гимнастика | А) булавы |
| 2) художественная гимнастика | Б) брусья |
|  | В) бревно |
|  | Г) конь |
|  | Д) лента |
|  | Е) кольца |
|  | Ж) обруч |
|  | З) мяч |
|  | И) перекладина |
|  | К) скакалка |

22. **Установите соответствие между испытаниями ВФСК ГТО разных ступеней и физическими качествами.**

|  |  |
| --- | --- |
| 1) подтягивание | А) ловкость |
| 2) челночный бег | Б) быстрота |
| 3) бег на 2000 м | В) сила |
| 4) бег на 100 м | Г) гибкость |
| 5) наклон вперёд | Д) выносливость |

**23. Установите соответствие между годом и городом проведения Олимпийских зимних игр.**

|  |  |
| --- | --- |
| 1) 1924 г | А) Сочи |
| 2) 1956 г | Б) Шамони |
| 3) 1994 г | В) Лиллехаммер |
| 4) 2014 г | Г) Кортино д'Ампеццо |
| 5) 1924 г | А) Сочи |

**24. Расположите спортивные игры в порядке возрастания максимально возможного количества игроков одной команды, одновременно находящихся на игровой площадке.**

а) хоккей на траве

б) баскетбол

в) пляжный волейбол

г) волейбол

д) гандбол

**25. Решите задачу.**

**Павел, выполняя приседания со штангой весом 80 кг, сделал 3 серии по 12 повторений. Посчитайте суммарный объём нагрузки в данном упражнении. Ответ укажите цифрами в кг.**