**Теоретико – методические задания для 9 – 11 классов**

**1. Спортсмены России впервые участвовали в Играх Олимпиад в …**

а) 1908 г. на IV Олимпийских играх в Лондоне;

б) 1912г. на V Олимпийских играх в Стокгольме;

в) 1952 г. на VI зимних Олимпийских играх в Осло;

г) 1924 г. на I зимних Олимпийских играх в Шамони.

**2. Лариса Латынина – многократная чемпионка олимпийских игр:**

а) в плавании;

б) гимнастике;

в) легкой атлетике;

г) лыжных гонках.

**3. Виды двигательной активности, благотворно воздействующие на физическое состояние и развитие человека, принято называть:**

а) физическим развитием;

б) физическими упражнениями;

в) физическим трудом;

г) физическим воспитанием.

**4. Потребность в физическом совершенствовании относится к категории:**

а) биологических;

б) мотивов;

в) привычек;

г) убеждений.

**5. Техникой физических упражнений принято называть:**

а) совершенные формы двигательных действий;

б) способ целесообразного решения двигательной задачи;

в) способ организации движений при выполнении упражнений;

г) состав и последовательность движений при выполнении упражнений.

**6. количество попаданий при бросках одной рукой баскетбольного, гандбольного и волейбольного мяча в кольцо позволяет оценить:**

а) социально значимые психические качества;

б) устойчивость к комбинированным нагрузкам;

в) способность управлять свойствами внимания;

г) способность дифференцировать мышечные напряжения.

**7. Документом, представляющим все аспекты организации соревнования, является:**

а) календарь соревнований;

б) правила соревнований;

в) положение о соревновании;

г) программа соревнования.

**8. Условием укрепления здоровья, совершенствования силовых и волевых качеств является:**

а) закаливание организма;

б) участие в соревнованиях;

в) ежедневная утренняя гимнастика;

г) выполнение физических упражнений.

**9. Основу двигательных способностей составляют:**

а) двигательные автоматизмы;

б) сила, быстрота, выносливость;

в) физические качества;

г) физические качества и двигательные умения.

**10. Силовые упражнения рекомендуется сочетать с упражнениями на:**

а) координацию;

б) быстроту;

в) выносливость;

г) гибкость.

**11. Ценности, создаваемые в сфере физической культуры, не являются:**

а) физическими;

б) интеллектуальными;

в) национальными;

г) материальными.

**12. Функциональные изменения в организме, фиксируемые в конце занятия физическими упражнениями, принято обозначать, как:**

а) тренировочный эффект;

б) утомление;

в) недовосстановление;

г) оперативное состояние.

**13.Умственную работу следует прерывать физкультурными паузами через каждые … минут.**

а) 25 – 30; б) 40 – 45; в) 55 – 60; г) 70 – 75

**14. Максимальный ударный объем сердца достигается на уровне частоты пульса:**

а) 130 уд/мин.; б) 150 уд/мин.; в) 170 уд/мин.; г) 190 уд/мин.

**15. Один из способов прыжка в длину в легкой атлетике обозначается как прыжок:**

а) «с разбега»;

б) «перешагиванием»;

в) «перекатом»;

г) «ножницами».

**16. Волейбол как спортивная игра появился в конце XIX века в:**

а) США; б) Канаде; в) Японии; г) Германии.

17. Официальное возражение представителя команды в адрес главной судейской коллегии или жюри против неправильных действий организаторов , либо судей соревнований …..

18. Часть руки от локтевого сустава до кисти ….

19. Объединение отдельных спортивных дисциплин внутри одного вида спорта …

20. Ограниченное скопление крови при закрытых повреждениях, сопровождающихся разрывом сосуда и излиянием крови в окружающие ткани …

21. **Установите соответствие** между именами советских легкоатлетов, добившихся выдающихся результатов на Олимпийских играх и чемпионатах мира, и дисциплинами, на которых они были установлены

|  |  |
| --- | --- |
| Фамилия и имя спортсмена | Вид соревнований |
| 1. Валерий Борзов | А) бег 400м |
| 2. Сергей Бубка | Б) бег 100 м |
| 3. Валерий Брумель | В) прыжки в дину |
| 4. Игорь Тер-Ованесян | Г) прыжки в высоту |
| 5. Виктор Санеев | Д) прыжки с шестом |
| 6. Виктор Маркин | Е) метание диска |
| 7. Тамара Пресс | Ж) тройной прыжок |
| 8. Ирина Пресс | З) метание копья |
| 9. Владимир Куц | И) толкание ядра |
| 10.Ян Лусис | К) бег 1000 м |
|  | Л) пятиборье |

22. На последних Олимпийский играх в Лондоне Российские спортсмены (мужчины) завоевали 12 золотых медалей в различных видах спорта в отдельных дисциплинах олимпийской программы. **Установите соответствие** между именами атлетов, завоевавших золотые медали на Олимпийских играх 2012 года, и видами спорта и дисциплинами, в которых они стали победителями:

|  |  |
| --- | --- |
| Имя и фамилия спортсмена | Вид спорта, дисциплина |
| 1. Арсен Галстян | А) греко-римская борьба, до 74 кг |
| 2.Мансур Исаев | Б) вольная борьба, до 55 кг |
| 3.Тагир Хайбулаев | В) бокс |
| 4. Роман Власов | Г) греко-римская борьба, до 84 кг |
| 5. Алан Хугаев | Д) дзюдо, до 60 кг |
| 6. Илья Захаров | Е) л/атлетика, прыжки в воду |
| 7. Иван Ухов | Ж) прыжки в воду с 3-х метрового трамплина |
| 8. Джамал Отарсултанов | З) дзюдо, до 73 кг |
| 9. Александр Дьяченко, Юрий Постригай | И) плавание |
| 10. Сергей Кирдяпкин | К) гребля на байдарках и каноэ, 200 м |
| 11. Сергей Тетюхин | Л) л/атлетика, ходьба 50 км |
| 12.Егор Мехонцев | М) дзюдо, до 100 кг |
|  | Н) волейбол |

23. На последних Олимпийский играх в Лондоне Российские спортсмены (женщины) завоевали 12 золотых медалей в различных видах спорта в отдельных дисциплинах олимпийской программы. **Установите соответствие** между именами атлетов, завоевавших золотые медали на Олимпийских играх 2012 года, и видами спорта и дисциплинами, в которых они стали победителями:

|  |  |
| --- | --- |
| Имя и фамилия спортсмена | Вид спорта, дисциплина |
| 1. Алия Мустафина | А) художественная гимнастика, индивидуальное многоборье |
| 2. Юлия Зарипова | Б) л/атлетика, бег 400 м с барьерами |
| 3. Наталья Ищенко, Светлана Ромашина | В) прыжки на батуте |
| 4. Наталья Антюх | Г) л/атлетика, бег 800 м |
| 5. Наталья Воробьева | Д) л/атлетика, метание диска |
| 6. Татьяна Лысенко | Е) л/атлетика, ходьба 20 км |
| 7. Евгения Канаева | Ж) спортивная гимнастика, брусья |
| 8. Елена Лашманова | З) л/атлетика, прыжки в высоту |
| 9. Мария Савинова | И) л/атлетика, бег 3000 м с препятствиями |
| 10. Анна Чичерова | К) л/атлетика, метание молота |
| 11. Алина Макаренко, Анастасия Назаренко, Каролина Севастьянова, Анастасия Близнюк, Ульяна Донскова, Ксения Дудкина | Л) синхронное плавание, группы |
| 12. Мария Громова, Анастасия Давыдова, Наталья Ищенко, Дарья Коробова, Александра Паткевич, Светлана Ромашина, Анжелика Тиманина, Эльвира Касьянова, Алла Шишкина | М) художественная гимнастика, командное многоборье |
|  | Н) вольная борьба, до 55 кг |
|  | О) синхронное плавание, дуэт |

**Ключ к ответам.**

Ключ к ответам на теоретико-методическое задание школьного этапа олимпиады по физической культуре в 2013-2014 учебном году 9 - 11 класс.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
| А | Б | Б | В | Б | Г | В | В | Г | Г |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **11** | **12** | **13** | **14** | **15** | **16** | **17** | **18** | **19** | **20** |
| В | А | Б | В | Г | А | протест | предплечье | многоборье | гематома (синяк) |

**21.**

1 – Б; 2 – Д; 3 – Г; 4 – В; 5 – Ж;

6 – А; 7 – Е,И; 8 – Л; 9 – К; 10 – З.

**22.**

1 – Д; 2 – З; 3 – М; 4 – А; 5 – Г; 6 – Ж;

7 – Е; 8 – Б; 9 – К; 10 – Л; 11 – Н; 12 – В.

**23.**

1 – Ж; 2 – И; 3 – О; 4 – Б; 5 – Н; 6 – К;

7 – А; 8 – Е; 9 – Г; 10 – З; 11 – М; 12 – Л.