**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 2 группы:

**1. Задания в закрытой форме**, то есть с предложенными вариантами ответов. При выполнении этих заданий необходимо выбрать один из 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 зачёркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в» или «г».

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте задания, вызывающие затруднение. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий.

Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенному заданию. Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 1 балл.

**2. Задания в открытой форме,** то есть без предложенных вариантов ответов. При выполнении этих заданий необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подобранное определение вписывайте в соответствующую графу бланка ответов.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 1 балл.

Время выполнения всех заданий – 25 минут.

Будьте внимательны, делая записи. Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ.

**Желаем успеха!**

**ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ**

**ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ 2019–2020 уч. г.**

**ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП 9–11 КЛАССЫ**

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР**

**I. Задания в закрытой форме, т. е. с предложенными вариантами ответов.**

**1**. Первые послевоенные Олимпийские игры после Первой мировой войны были проведены в городе…

а) Лондон; б) Париж; в) Амстердам; г) Антверпен.

**2.** Какой вид спорта не входил в программу I Олимпийских игр современности?

а) велоспорт; б) лёгкая атлетика; в) стрельба; г) конный спорт.

**3.** Российские спортсмены впервые приняли участие в Олимпийских играх в…

а) 1900 г.; б) 1904 г.; в) 1908 г.; г) 1912 г.

**4.** Кто из деятелей международного олимпийского движения дольше всех возглавлял Международный олимпийский комитет?

а) Хуан Антонио Самаранч;

б) Пьер де Кубертен;

в) Эвери Брендедж;

г) Зигфрид Эдстрём.

**5.** Что является отличительной чертой спорта?

а) выступление на соревнованиях;

б) занятия в фитнес-клубе;

в) выполнение физических упражнений;

г) повышение уровня физического развития.

**6.** Сколько упражнений традиционно включает в себя утренняя гимнастика?

а) 2–3; б) 10–12; в) 20–25; г) без ограничений.

**7.** Какие процедуры относят к закаливающим?

а) принятие душа после занятия;

б) все процедуры, связанные с холодовым воздействием;

в) все процедуры, связанные с тепловым воздействием;

г) все процедуры, в процессе которых происходит приспособление организма к воздействиям окружающей среды.

**8.** Какой из видов спорта относят к циклическим?

а) велоспорт; б) вольная борьба; в) дзюдо; г) санный спорт.

**9**. Какой из видов спорта относится к индивидуально-игровым?

а) волейбол; б) настольный теннис; в) флорбол; г) кёрлинг.

**10.** В какой период формируется мотивация?

а) при выполнении физического упражнения;

б) до выполнения физического упражнения;

в) после выполнения физического упражнения;

г) формируется отдельно от процесса физического воспитания.

**11.** Какова норма показателя частоты сердечных сокращений в покое?

а) 40–50 ударов в минуту;

б) 60–70 ударов в минуту;

в) 90–100 ударов в минуту;

г) 100–110 ударов в минуту.

**12.** В каком из видов спорта нет приёма «ведение мяча»?

а) футбол; б) гандбол; в) волейбол; г) флорбол.

**13.** Какие стили плавания используют при транспортировке пострадавших?

а) прикладные; б) спортивные; в) оздоровительные; г) всё перечисленное.

**14.** Какую задачу решает физкультминутка?

а) поднятие настроения;

б) воспитание физических качеств;

в) обучение движениям;

г) снятие первых признаков утомления.

**15.** Каким показателям должна соответствовать частота сердечных сокращений при выполнении циклических упражнений для воспитания общей выносливости?

а) 90–100 ударов в минуту;

б) 110–120 ударов в минуту;

в) 140–150 ударов в минуту;

г) 170–180 ударов в минуту.

**II. Задания в открытой форме, т.е. без предложенных вариантов ответов.**

**16.** Национальная команда СССР впервые выступила на Олимпийских играх в \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ году.

**17.** Впервые Олимпийские игры были проведены на территории Азии в \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ году.

**18.** Данные частоты́ сердечных сокращений при выполнении физических упражнений являются показателем \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

**19.** Какое физическое качество обеспечивает уровень работоспособности? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. **20.** Какие обязательные тестовые упражнения выполняются на пятой ступени ВФСК ГТО? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Всероссийская олимпиада школьников**

**по физической культуре 2019–2020 уч. г.**

**Школьный этап 9-11 классы**

**Бланк ответа**

1. Задания с выбором одного правильного ответа.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ вопроса** | **Варианты ответов** | | | |
| **«а»** | **«б»** | **«в»** | **«г»** |
| 1 | а | б | в | г |
| 2 | а | б | в | г |
| 3 | а | б | в | г |
| 4 | а | б | в | г |
| 5 | а | б | в | г |
| 6 | а | б | в | г |
| 7 | а | б | в | г |
| 8 | а | б | в | г |
| 9 | а | б | в | г |
| 10 | а | б | в | г |
| 11 | а | б | в | г |
| 12 | а | б | в | г |
| 13 | а | б | в | г |
| 14 | а | б | в | г |
| 15 | а | б | в | г |

1. Задания в открытой форме.

|  |  |
| --- | --- |
| **№ вопроса** | **Ответ** |
| 16 |  |
| 17 |  |
| 18 |  |
| 19 |  |
| 20 |  |

Оценка (слагаемые и сумма)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Подписи членов жюри**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**