

Илья Кузнецов 11А

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА 2022–2023 уч. г.
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП. 9–11 КЛАССЫ

Максимальное количество баллов за работу – 42.

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР

- + 1. 24 июня 2019 года МОК на 134-й сессии объявил о том, что XXV Олимпийские зимние игры 2026 года пройдут в городах
- а) Милан и Кортина-д'Ампеццо
 - б) Стокгольм и Оре
 - в) Лос-Анджелес и Солт-Лейк-Сити
 - г) Солт-Лейк-Сити и Бостон
- + 2. Закаливающие процедуры рекомендуется начинать с закаливания
- ~~а) водой~~
 - б) солнцем
 - в) воздухом
 - г) холодом
- + 3. Какой старт используется в беге на длинные дистанции?
- а) высокий
 - б) средний
 - ~~в) низкий~~
 - г) любой
- + 4. К циклическим видам спорта относятся:
- а) дзюдо, бокс, фехтование
 - б) хоккей, волейбол, футбол
 - в) плавание, лыжные гонки
 - г) сёрфинг, скейтбординг
- + 5. При каких условиях восстановление после продолжительного бега будет более эффективным?
- а) в положении сидя
 - б) в положении стоя
 - в) в ходьбе
 - г) в положении лёжа
- + 6. В каком году было принято решение о введении комплекса ГТО в Российской Федерации?
- а) в 2008 году
 - в) в 2014 году
 - г) в 2018 году
 - д) в 2020 году
- + 7. Вид спорта, состоящий из непрерывного последовательного прохождения трёх этапов: плавания, велогонки и бега.
- а) акватлон
 - б) дуатлон
 - в) триатлон
 - г) пентатлон
- + 8. Вид спортивного и прикладного единоборства, разработанный в СССР в 1920–1930 годы.
- а) дзюдо
 - в) самбо
 - г) карате
 - д) ушу

- + 9. В какой дисциплине соревновались на I Олимпийских играх Древней Греции?
- а) гонки на колесницах
 - бег на 1 стадий
 - в) панкратион
 - г) пентатлон

- + 10. Какое контрольное упражнение НЕ используется при сдаче норм ГТО?
- а) прыжок в длину с места
 - б) рывок гири
 - толкание ядра
 - г) бег на дистанцию 100 м

- + 11. Как называется гимнастическое положение, представленное на рисунке?
- стойка на лопатках
 - б) стойка на руках и голове
 - в) стойка на предплечьях
 - г) стойка на руках



+ 12. Комплекс физических упражнений (общеподготовительных и специальных), выполняемых перед тренировочными занятиями или соревнованиями с целью подготовки организма к выполнению предстоящих упражнений, — это разминка

- + 13. Совокупность приёмов механического и рефлекторного воздействия на ткани и органы, проводимых непосредственно на поверхности тела человека, — это массаж.

- + 14. В каком году прошли последние Игры Олимпиады?
 Ответ: 2021

- + 15. Результат спортсмена в беге на 3000 метров составил 10 мин. Рассчитайте среднюю скорость спортсмена по дистанции. Ответ представьте в метрах в секунду.
 Ответ: 5

- + 16. В каком году до н.э. проводились II Олимпийские игры Древней Греции?
 Ответ: 776

17. Установите принадлежность летних видов спорта к олимпийской или неолимпийской программе.

хоккей с мячом	2	+
триатлон	1	+
сёрфинг	2	-
спортивные танцы	2	+
софтбол	2	+
городки	2	+
хоккей на траве	1	+
борьба на поясах	2	+

Олимпийские виды спорта	1
Неолимпийские виды спорта	2

18. Установите соответствие между органическими веществами и их категориями.

1	витамины	+
2	белки	+
3	углеводы	+
4	жиры	+
5	минеральные вещества	+

4	липиды
5	кальций
1	аскорбиновая кислота
2	протеины
3	глюкоза

19. Установите соответствие между годами и странами проведения игр Олимпиад XXI века.

1	2000 год	+
2	2004 год	+
3	2008 год	+
4	2012 год	+
5	2016 год	+

2	Греция
3	Китай
1	Австралия
5	Бразилия
4	Англия

20. В какой последовательности выполняются действия на занятии по баскетболу?

ходьба, медленный бег	1	+	1
учебная игра в баскетбол	6	-	2
комплекс общеразвивающих упражнений	2	+	3
дыхательные упражнения	4	-	4
отработка ведения мяча, передач, броска в кольцо	5	-	5
комплекс специальных беговых упражнений	3	+	6

4 1 5

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА 2023–2024 уч. г.
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП. 5–6 КЛАССЫ

Максимальное количество баллов за работу – 32.

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР

1. Что представлено на рисунке?

- а) Олимпийский символ
- б) Олимпийская эмблема
- в) Олимпийское знамя
- г) Олимпийский флаг



2. В каком виде спорта запрещено ловить мяч?

- а) баскетбол
- б) гандбол
- в) регби
- г) волейбол

+

3. Как называется снаряд для метания на дальность?

- а) баскетбольный мяч
- б) дротик
- в) набивной мяч
- г) фитбол

+

4. Как называется гимнастическое положение, представленное на рисунке?

- а) выпад вперёд
- б) выпад назад
- в) присед на одной ноге
- г) выпад в сторону



+

5. В каком виде спорта соревнования проводятся как на открытом воздухе, так и в крытых сооружениях?

- а) лёгкая атлетика
- б) спортивная гимнастика
- в) лыжные гонки
- г) фехтование

-

6. В каком виде спорта используется данный инвентарь?

- а) теннис
- б) настольный теннис
- в) бадминтон
- г) бейсбол



+

7. Первыми физическими упражнениями, используемыми первобытными людьми для обучения детей, были

- а) метание камней
- б) разведение огня
- в) приготовление еды
- г) шитьё одежды

+

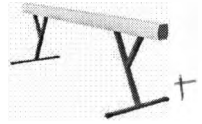
8. Дистанция марафонского бега в лёгкой атлетике составляет

- а) 5 км
- б) 10 км 500 м
- в) 21 км 195 м
- г) 42 км 195 м

+

9. Как называется гимнастический снаряд, изображённый на рисунке?

- а) конь
- б) бревно
- в) перекладина
- г) помост



10. При воспитании какого физического качества используются наклоны, махи и подобные упражнения с большой амплитудой?

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

+

11. В каком году и где Олимпийские зимние игры проводились в нашей стране?

- а) в 2020 году, г. Екатеринбург
- б) в 2008 году, г. Новосибирск
- в) в 2014 году, г. Сочи
- г) в 2022 году, г. Казань

+

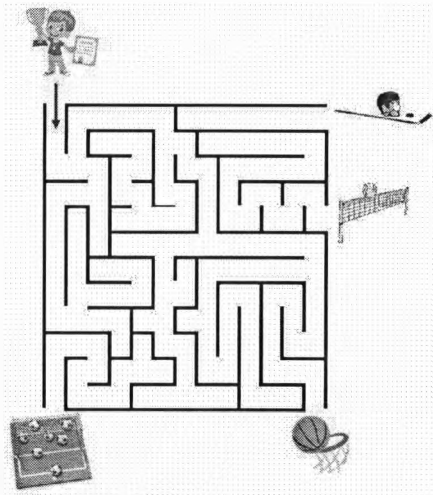
12. Для формирования и сохранения правильной осанки необходимо

- а) укреплять мышцы спины, живота
- б) носить рюкзак на одном плече
- в) спать на очень мягкой постели с высокой подушкой
- г) носить обувь на плоской подошве

+

13. Пройдите лабиринт и узнайте, в каком виде спорта Петя завоевал золотую медаль.

- а) футбол
- б) баскетбол
- в) волейбол
- г) хоккей



+

14. Кто из выдающихся деятелей стал основоположником современных Олимпийских игр?

- а) Жак Рогге
- б) Пьер Ришар
- в) Жак Ширак
- г) Пьер де Кубертен

+

15. Какой из представленных вариантов используется для подъёма в гору на лыжах?

- а) «лесенкой»
- б) «плутом»
- в) «перешагиванием»
- г) «уступом»

+

16. В каком виде спорта отсутствует мяч?

- а) теннис
- б) регби
- в) жёрлинг
- г) гольф

+

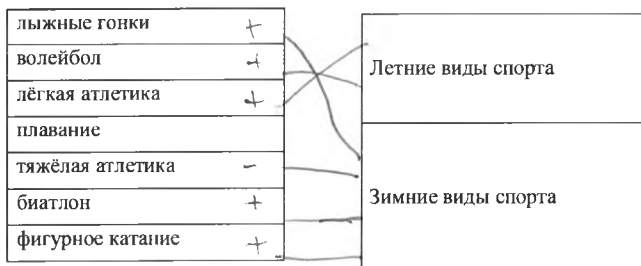
++

17. Звуковой атрибут спортивного судьи – свисток

18. В каком году прошли последние Олимпийские зимние игры в Пекине, Китай?

Ответ: 2022

19. Установите принадлежность видов спорта к летней или зимней олимпийским программам



20. Установите соответствие между видами спорта и инвентарём

