

Тестовые задания муниципального этапа Всероссийской Олимпиады школьников по дисциплине «Физическая культура»

9-11 классы  
2023-2024 уч.год

Итого:  
7,15

1. Какой вид спорта НЕ входил в программу Игр I Олимпиады современности?
- а) конный спорт;
  - б) лёгкая атлетика;
  - в) велоспорт;
  - г) стрельба.
2. Какое из упражнений предполагает попеременные движения ногами?
- а) прыжок в высоту;
  - б) подъём разгибом;
  - в) академическая гребля;
  - г) плавание способом «кроль на груди».
3. Для определения уровня развития какого физического качества используется Тест Купера?
- а) быстрота;
  - б) сила;
  - в) выносливость;
  - г) ловкость.
4. Какая форма гибкости характеризуется максимальной амплитудой движения, достигаемой приложением внутренних и внешних сил?
- а) активная гибкость;
  - б) специальная гибкость;
  - в) общая гибкость;
  - г) пассивная гибкость.
5. Адаптация – это...
- а) процесс восстановления после нагрузки;
  - б) процесс приспособления организма, направленный на поддержание гомеостаза при изменяющихся условиях существования;
  - в) быстро возникающее кратковременное эмоциональное состояние, вызываемое сильным или особо значимым для человека раздражителем;
  - г) процесс приспособления организма к изменившимся климатогеографическим условиям.

6. Проклассифицируйте физическое упражнение «прыжок в длину с места» по структуре движений.

- а) циклическое;
- б) ациклическое;
- в) динамическое;
- г) статическое.

05

7. Процесс обучения двигательному действию рекомендуется начинать с освоения...

- а) подготовительных упражнения;
- б) подводящих упражнений;
- в) исходного положения;
- г) главного звена техники.

15

8. С какого года проводятся Паралимпийские игры?

- а) с 1954 г.;
- б) с 1960 г.;
- в) с 1972 г.;
- г) с 1976 г.

05

9. Наиболее информативным показателем реакции организма на физическую нагрузку является ...

- а) частота дыхания;
- б) изменение цвета кожи;
- в) частота сердечных сокращений;
- г) нарушение ритма дыхания.

05

10. В каких Зимних Олимпийских Играх впервые приняли участие советские спортсмены?

- а) V зимние Олимпийские игры (Швейцария);
- б) VI зимние Олимпийские игры (Норвегия);
- в) VII зимние Олимпийские игры (Италия);
- г) VIII зимние Олимпийские игры (США).

05

11. К субъективным показателям состояния организма относится ...

- а) рост;
- б) окружность грудной клетки;
- в) настроение;
- г) глубина дыхания.

05

12. Если уровень развития обучающегося недостаточен для освоения двигательного действия, необходимо использовать ....

- а) целостные и аналитические упражнения;
- б) подготовительные упражнения;
- в) подводящие упражнения;
- г) расчлененные упражнения.

05

13. Динамика индивидуального развития человека обусловлена ...

- а) влиянием эндогенных и экзогенных факторов;
- б) двигательной активностью человека;
- в) влиянием социальных и экологических факторов;
- г) генетикой и наследственностью человека.

05

14. Выполнение каждого упражнения в строго заданной форме и в точно обусловленной нагрузкой является сущностью:

- а) повторного метода;
- б) метода строго регламентированного упражнения;
- в) игрового метода;
- г) соревновательного метода.

05

15. Российские спортсмены впервые приняли участие в Олимпийских играх в...

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

05

16. Под двигательной активностью понимают:

- а) педагогический процесс, направленный на повышение спортивного мастерства;
- б) суммарное количество двигательных действий, выполняемых человеком в процессе повседневной жизни;
- в) определенную величину физической нагрузки, измеряемую параметрами объема и интенсивности;
- г) определенную меру влияния физических упражнений на организм занимающихся.

10

17. Олимпийский игровой вид спорта на площадке  $20 \times 40$  м, с воротами  $3 \times 2$  м, командами по 7 человек, — \_\_\_\_\_

05

18. В каком городе впервые был зажжён олимпийский огонь на церемонии открытия Олимпийских игр? \_\_\_\_\_ Греция

05

19. Положение занимающегося, когда его плечи находятся выше точек опоры, называется \_\_\_\_\_

20. Мышцы, совместное напряжение которых обуславливает выполнения движения в одном направлении, называются \_\_\_\_\_

21. Основным видом отдыха и способом восстановления сил и энергоресурсов считается \_\_\_\_\_

22. Перечислите обязательные испытания, входящие в комплекс ВСФК ГТО V ступени

бег 1000 м, подтягивание, отжимания, прыжки в длину.  
- 0,5 + 0,5 = 1,0

23. Установите соответствие между видами спорта и принадлежностью их к олимпийской и неолимпийской программе.

Программа	Вид спорта
1. Неолимпийские виды спорта	А. настольный теннис
	Б. биатлон
	В. лапта
	Г. дартс
2. Олимпийские виды спорта	Д. пляжный футбол
	Е. бильярд
	Ж. пляжный волейбол
3. триатлон	

1. - Г Г Е Ж В А 20  
 2. - Б З 15

24. Установите соответствие между видом спорта и олимпийской дистанцией соревнований. Каждому виду спорта соответствует только одна дистанция.

Вид спорта	Дистанция
1. лыжные гонки	А. 50 м
2. академическая гребля	Б. 100 км
3. велоспорт (шоссе)	В. 50 км
4. лёгкая атлетика	Г. 42,195 км
5. плавание	Д. 2000 м

1. - Б, 2. - Г, 3. - В, 4. - Д, 5. - А. 15

25. Установите соответствие между двигательными способностями и средствами, их воспитывающими.

Двигательные способности	Средства
1. гибкость	А. махи ногами
2. точность движений	Б. легкоатлетический кросс
3. быстрота реакции	В. прыжки
4. способность сохранять равновесие	Г. низкий старт
5. скоростно-силовые способности	Д. «ласточка»
6. выносливость	Е. метание в цель

1. - А, 2. - Е, 3. - Г, 4. - Д, 5. - Б, 6. - В.

+

+

+

+

-

-

25

4 7 0 2 0 . 1 0 5

Председатель жюри: Афанасий А. И. Карпов

Члены жюри: В. С. Савицкий, В. М. Сидоров, В. С. Романов, М. М. Савицкий, А. И. Кулешов



Тестовые задания муниципального этапа Всероссийской Олимпиады школьников по дисциплине «Физическая культура»

9-11 классы  
2023-2024 уч.год

Итого: 18,6 б.

1. Какой вид спорта НЕ входил в программу Игр I Олимпиады современности?
- а) конный спорт;
  - б) лёгкая атлетика;
  - в) велоспорт;
  - г) стрельба.
2. Какое из упражнений предполагает попеременные движения ногами?
- а) прыжок в высоту;
  - б) подъём разгибом;
  - в) академическая гребля;
  - г) плавание способом «кроль на груди».
3. Для определения уровня развития какого физического качества используется Тест Купера?
- а) быстрота;
  - б) сила;
  - в) выносливость;
  - г) ловкость.
4. Какая форма гибкости характеризуется максимальной амплитудой движения, достигаемой приложением внутренних и внешних сил?
- а) активная гибкость;
  - б) специальная гибкость;
  - в) общая гибкость;
  - г) пассивная гибкость.
5. Адаптация – это...
- а) процесс восстановления после нагрузки;
  - б) процесс приспособления организма, направленный на поддержание гомеостаза при изменяющихся условиях существования;
  - в) быстро возникающее кратковременное эмоциональное состояние, вызываемое сильным или особо значимым для человека раздражителем;
  - г) процесс приспособления организма к изменившимся климатогеографическим условиям.

6. Проклассифицируйте физическое упражнение «прыжок в длину с места» по структуре движений.

- а) циклическое;
- б) ациклическое;
- в) динамическое;
- г) статическое.

05

7. Процесс обучения двигательному действию рекомендуется начинать с освоения...

- а) подготовительных упражнения;
- б) подводящих упражнений;
- в) исходного положения;
- г) главного звена техники.

16

8. С какого года проводятся Паралимпийские игры?

- а) с 1954 г.;
- б) с 1960 г.;
- в) с 1972 г.;
- г) с 1976 г.

05

9. Наиболее информативным показателем реакции организма на физическую нагрузку является ...

- а) частота дыхания;
- б) изменение цвета кожи;
- в) частота сердечных сокращений;
- г) нарушение ритма дыхания.

15

10. В каких Зимних Олимпийских Играх впервые приняли участие советские спортсмены?

- а) V зимние Олимпийские игры (Швейцария);
- б) VI зимние Олимпийские игры (Норвегия);
- в) VII зимние Олимпийские игры (Италия);
- г) VIII зимние Олимпийские игры (США).

05

11. К субъективным показателям состояния организма относится ...

- а) рост;
- б) окружность грудной клетки;
- в) настроение;
- г) глубина дыхания.

05

12. Если уровень развития обучающегося недостаточен для освоения двигательного действия, необходимо использовать ....

- а) целостные и аналитические упражнения;
- б) подготовительные упражнения; 15
- в) подводящие упражнения;
- г) расчлененные упражнения.

13. Динамика индивидуального развития человека обусловлена ...

- а) влиянием эндогенных и экзогенных факторов;
- б) двигательной активностью человека; 05
- в) влиянием социальных и экологических факторов;
- г) генетикой и наследственностью человека.

14. Выполнение каждого упражнения в строго заданной форме и в точно обусловленной нагрузкой является сущностью:

- а) повторного метода;
- б) метода строго регламентированного упражнения;
- в) игрового метода;
- г) соревновательного метода. 05

15. Российские спортсмены впервые приняли участие в Олимпийских играх в...

- а) 1900 г.;
- б) 1904 г.;
- в) 1908 г.; 15
- г) 1912 г.

16. Под двигательной активностью понимают:

- а) педагогический процесс, направленный на повышение спортивного мастерства;
- б) суммарное количество двигательных действий, выполняемых человеком в процессе повседневной жизни; 15
- в) определенную величину физической нагрузки, измеряемую параметрами объема и интенсивности;
- г) определенную меру влияния физических упражнений на организм занимающихся.

17. Олимпийский игровой вид спорта на площадке  $20 \times 40$  м, с воротами  $3 \times 2$  м, командами по 7 человек, — Гандбол 25

18. В каком городе впервые был зажжён олимпийский огонь на церемонии открытия Олимпийских игр? Амстердам 25

19. Положение занимающегося, когда его плечи находятся выше точек опоры, называется упор лежа 0,5б

20. Мышцы, совместное напряжение которых обуславливает выполнения движения в одном направлении, называются внешними 0,5

21. Основным видом отдыха и способом восстановления сил и энергоресурсов считается сон 2б

22. Перечислите обязательные испытания, входящие в комплекс ВСФК ГТО V ступени

Поднимание туловища, отжимание, бег на длинные дистанции (5км), бег на короткие дистанции, прыжок в длину с места.

23. Установите соответствие между видами спорта и принадлежностью их к олимпийской и неолимпийской программе.

Программа	Вид спорта
1. Неолимпийские виды спорта	А. настольный теннис
	Б. биатлон
	В. лапта
	Г. дартс
2. Олимпийские виды спорта	Д. пляжный футбол
	Е. бильярд
	Ж. пляжный волейбол
	З. триатлон

1. - ЕГДВ 2б  
 2. - АБЖЗ 2б

24. Установите соответствие между видом спорта и олимпийской дистанцией соревнований. Каждому виду спорта соответствует только одна дистанция.

Вид спорта	Дистанция
1. лыжные гонки	А. 50 м
2. академическая гребля	Б. 100 км
3. велоспорт (шоссе)	В. 50 км
4. лёгкая атлетика	Г. 42,195 км
5. плавание	Д. 2000 м

1. - В , 2. - Д , 3. - Б , 4. - Г , 5. - А . 5б  
 + + + + +

25. Установите соответствие между двигательными способностями и средствами, их воспитывающими.

Двигательные способности	Средства
1. гибкость	А. махи ногами
2. точность движений	Б. легкоатлетический кросс
3. быстрота реакции	В. прыжки
4. способность сохранять равновесие	Г. низкий старт
5. скоростно-силовые способности	Д. «ласточка»
6. выносливость	Е. метание в цель

1. - А, 2. - Е, 3. - Г, 4. - Д, 5. - В, 6. - Б. 38

+ + + + + +

Итого: 268

Президент жюри: *Андрей Кернов д.и.*

Члены жюри: *Иван Кушомин д.и.*

*В. Ч. / Савина м.и.*

*Мургунов В.и.*

*Комарова В.и.*



Тестовые задания муниципального этапа Всероссийской Олимпиады школьников по дисциплине «Физическая культура»

9-11 классы  
2023-2024 уч.год

Итого. 25

1. Какой вид спорта НЕ входил в программу Игр I Олимпиады современности?  
а) конный спорт;  
б) лёгкая атлетика;  
в) велоспорт;  
г) стрельба. 75
2. Какое из упражнений предполагает попеременные движения ногами?  
а) прыжок в высоту;  
б) подъём разгибом;  
в) академическая гребля;  
г) плавание способом «кроль на груди». 75
3. Для определения уровня развития какого физического качества используется Тест Купера?  
а) быстрота;  
б) сила;  
в) выносливость;  
г) ловкость. 75
4. Какая форма гибкости характеризуется максимальной амплитудой движения, достигаемой приложением внутренних и внешних сил?  
а) активная гибкость;  
б) специальная гибкость;  
в) общая гибкость;  
г) пассивная гибкость. 75
5. Адаптация – это...  
а) процесс восстановления после нагрузки;  
б) процесс приспособления организма, направленный на поддержание гомеостаза при изменяющихся условиях существования;  
в) быстро возникающее кратковременное эмоциональное состояние, вызываемое сильным или особо значимым для человека раздражителем;  
г) процесс приспособления организма к изменившимся климатогеографическим условиям. 75

6. Проклассифицируйте физическое упражнение «прыжок в длину с места» по структуре движений.

- а) циклическое;
- б) ациклическое;
- в) динамическое;
- г) статическое.

15

7. Процесс обучения двигательному действию рекомендуется начинать с освоения...

- а) подготовительных упражнения;
- б) подводящих упражнений;
- в) исходного положения;
- г) главного звена техники.

15

8. С какого года проводятся Паралимпийские игры?

- а) с 1954 г.;
- б) с 1960 г.;
- в) с 1972 г.;
- г) с 1976 г.

05

9. Наиболее информативным показателем реакции организма на физическую нагрузку является ...

- а) частота дыхания;
- б) изменение цвета кожи;
- в) частота сердечных сокращений;
- г) нарушение ритма дыхания.

15

10. В каких Зимних Олимпийских Играх впервые приняли участие советские спортсмены?

- а) V зимние Олимпийские игры (Швейцария);
- б) VI зимние Олимпийские игры (Норвегия);
- в) VII зимние Олимпийские игры (Италия);
- г) VIII зимние Олимпийские игры (США).

15

11. К субъективным показателям состояния организма относится ...

- а) рост;
- б) окружность грудной клетки;
- в) настроение;
- г) глубина дыхания.

15

12. Если уровень развития обучающегося недостаточен для освоения двигательного действия, необходимо использовать ....

- а) целостные и аналитические упражнения;
- б) подготовительные упражнения;
- в) подводящие упражнения;
- г) расчлененные упражнения.

15

13. Динамика индивидуального развития человека обусловлена ...

- а) влиянием эндогенных и экзогенных факторов;
- б) двигательной активностью человека;
- в) влиянием социальных и экологических факторов;
- г) генетикой и наследственностью человека.

15

14. Выполнение каждого упражнения в строго заданной форме и в точно обусловленной нагрузкой является сущностью:

- а) повторного метода;
- б) метода строго регламентированного упражнения;
- в) игрового метода;
- г) соревновательного метода.

15

15. Российские спортсмены впервые приняли участие в Олимпийских играх в...

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

15

16. Под двигательной активностью понимают:

- а) педагогический процесс, направленный на повышение спортивного мастерства;
- б) суммарное количество двигательных действий, выполняемых человеком в процессе повседневной жизни;
- в) определенную величину физической нагрузки, измеряемую параметрами объема и интенсивности;
- г) определенную меру влияния физических упражнений на организм занимающихся.

15

17. Олимпийский игровой вид спорта на площадке  $20 \times 40$  м, с воротами  $3 \times 2$  м, командами по 7 человек, – гандбол

25

18. В каком городе впервые был зажжён олимпийский огонь на церемонии открытия Олимпийских игр? Амстердам

25

19. Положение занимающегося, когда его плечи находятся выше точек опоры, называется спорз 25

20. Мышцы, совместное напряжение которых обуславливает выполнения движения в одном направлении, называются од

21. Основным видом отдыха и способом восстановления сил и энергоресурсов считается сон 25

22. Перечислите обязательные испытания, входящие в комплекс ВСФК ГТО V ступени

Бег на короткие дистанции, бег на длинные дистанции  
Бег на лыжах, кросс на 3 км  
подтягивание на высокой перекладине, подтягивание на  
низкой перекладине, отжимание от пола  
касание вращая из положения стоя  
7+7+7+7=45

23. Установите соответствие между видами спорта и принадлежностью их к олимпийской и неолимпийской программе.

Программа	Вид спорта
1. Неолимпийские виды спорта	А. настольный теннис
	Б. биатлон
	В. лапта
	Г. дартс
2. Олимпийские виды спорта	Д. пляжный футбол
	Е. бильярд
	Ж. пляжный волейбол
	З. триатлон

1. - ABEЗ 25  
 2. - БГДЖ 25

24. Установите соответствие между видом спорта и олимпийской дистанцией соревнований. Каждому виду спорта соответствует только одна дистанция.

Вид спорта	Дистанция
1. лыжные гонки	А. 50 м
2. академическая гребля	Б. 100 км
3. велоспорт (шоссе)	В. 50 км
4. лёгкая атлетика	Г. 42,195 км
5. плавание	Д. 2000 м

1. - В, 2. - Г, 3. - Б, 4. - Д, 5. - А.  
+ - + - + 35

25. Установите соответствие между двигательными способностями и средствами, их воспитывающими.

Двигательные способности	Средства
1. гибкость	А. махи ногами
2. точность движений	Б. легкоатлетический кросс
3. быстрота реакции	В. прыжки
4. способность сохранять равновесие	Г. низкий старт
5. скоростно-силовые способности	Д. «ласточка»
6. выносливость	Е. метание в цель

1. - А , 2. - Е , 3. - Г , 4. - Д , 5. - В , 6. - Б .

0,5 0,5 0,5 0,5 0,5 0,5

35

Итого. 358

Преподаватель истории. *[подпись]*

Карпов А.Н.

Ученик истории.

*[подпись]*

Курочкина А.Н.

*[подпись]*

Савенко И.И.

*[подпись]*

Калерова В.И.

Зубов В.И.

