

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'Ампецо
- 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
- б) в 2014 году
- в) в 2018 году
- г) 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
- б) самбо
- в) карате
- г) ушу

9. В какой дисциплине соревновались на I Олимпийских играх Древней Греции?

- а) гонки на колесницах
- б) 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
- в) толкание ядра
- г) бег на дистанцию 100 м

11. Как называется гимнастическое положение, представленное на рисунке?

- а) 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 _____.

13. Совокупность приёмов механического и рефлекторного воздействия на ткани и органы, проводимых непосредственно на поверхности тела человека, – это _____.

14. В каком году прошли последние Игры Олимпиады?

Ответ: _____.

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

Ответ: _____.

16. В каком году до н.э. проводились II Олимпийские игры Древней Греции?

Ответ: _____.

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

Олимпийские виды спорта
Неолимпийские виды спорта

хоккей с мячом
триатлон
сёрфинг
спортивные танцы
софтбол
городки
хоккей на траве
борьба на поясах

18. Установите соответствие между органическими веществами и их категориями.

витамины
белки
углеводы
жиры
минеральные вещества

липиды
кальций
аскорбиновая кислота
протеины
глюкоза

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

2000 год
2004 год
2008 год
2012 год
2016 год

Греция
Китай
Австралия
Бразилия
Англия

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

ходьба, медленный бег
учебная игра в баскетбол
комплекс общеразвивающих упражнений
дыхательные упражнения
отработка ведения мяча, передач, броска в кольцо
комплекс специальных беговых упражнений

1
2
3
4
5
6

Максимальное количество баллов за работу – 42.