

**МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ
ШКОЛЬНИКОВ
по предмету «Физическая культура»**

Тестирование уровня знаний в области физической культуры и спорта

Инструкция по выполнению заданий

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к минимуму знаний выпускников средней (полной) школы по предмету «Физическая культура».

Задания представлены в форме незавершенных утверждений, которые при завершении могут оказаться либо истинными, либо ложными.

Утверждения представлены в закрытой форме, то есть с предложенными вариантами завершения. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильное завершение из 4 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 зачеркиванием 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 незнакомые задания вместо их выполнения путем догадки. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии можно вернуться к пропущенному заданию. На выполнение тестовых заданий отводится **15 минут чистого времени**.

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

Каждый правильный ответ оценивается в 1 балл.

Заполните анкету в бланке ответов: напишите свою фамилию, имя, отчество, город, № школы и класс, в котором Вы учитесь.

Желаем успеха!

1. Здоровый образ жизни – это способ жизнедеятельности, направленный на...

- а) ...развитие физических качеств людей.
- б) ...сохранение и улучшение здоровья людей.
- в) ...подготовку к профессиональной деятельности.
- г) ...поддержание высокой работоспособности людей.

2. Регулярные занятия физическими упражнениями способствуют повышению работоспособности, потому что...

- а) ...человек, занимающийся физическими упражнениями медленнее утомляется и быстрее восстанавливается.
- б) ...во время занятий выполняются двигательные действия, стимулирующие развитие силы и выносливости.
- в) ...достигаемое при этом утомление активизирует процессы восстановления и адаптации к повышающимся нагрузкам.
- г) ...человек, занимающийся физическими упражнениями способен выполнить больший объем физической работы.

3. Необходимость подготовки людей к жизни, труду, другим видам деятельности исторически обусловила возникновение ...

- а) ...физической культуры.
- б) ...физического воспитания.
- в) ...физического совершенства.
- г) ...видов спорта.

4. На 119-й сессии МОК в Гватемале столицей XXII Олимпийских зимних игр был выбран город ...

- а) Ванкувер.
- б) Сочи.
- в) Пхенчхан.
- г) София.

5. На 22 зимних Олимпийских играх неофициальный медальный зачет распределился следующим образом:

- а) 1 место – Россия, 2 место – Норвегия, 3 место – Канада.
- б) 1 место – Норвегия, 2 место – Россия, 3 место – Канада.
- в) 1 место – Россия, 2 место – США, 3 место – Канада.
- г) 1 место – Россия, 2 место – Канада, 3 место – США.

6. Александр Легков, Максим Вылегжанин, Илья Черноусов, на зимних Олимпийских играх в г. Сочи выступали в следующем виде программы:

- а) бобслей.
- б) биатлон.
- в) лыжные гонки.
- г) прыжки с трамплина.

7. На Олимпийских играх в г. Сочи в девятый раз завоевала золотые медали по хоккею, обойдя по этому показателю сборную СССР, сборная команда ...

- а) Финляндии
- б) России

- в) Канады
- г) Германии

8. Виктор Ан и Вик Уайлд на 22 зимних Олимпийских играх выступали за команду...

- а) США
- б) России
- в) Канады
- г) Южной Кореи

9. По команде «кругом» выполняется следующая последовательность действий:

- а) осуществляется поворот в сторону правой руки на правой пятке, левом носке на 180 и приставляют левую ногу к правой.
- б) осуществляется поворот в сторону левой руки на левой пятке, правом носке на 180 и приставляют правую ногу к левой.
- в) ожидается команда «марш».
- г) поворот осуществляется в произвольном направлении.

10. Строй, в котором занимающиеся размещены один возле другого на одной линии называется:

- а) колонной.
- б) шеренгой.
- в) двухшеренговый строй.
- г) линейным строем.

11. Документом, представляющим все аспекты организации соревнования является...

- а) календарь соревнований.
- б) правила соревнования.
- в) положение о соревновании.
- г) программа соревнований.

12. Бег с остановками и изменением направления по сигналу преимущественно способствует совершенствованию...

- а)...координации движений.
- б)...техники движений.
- в)...скоростной силы.
- г)...быстроты реакции.

13. Потребность в физическом совершенствовании относится к категории...

- а) биологических.
- б) мотивов.
- в) привычек.
- г) убеждений.

14. Развивающий эффект при воспитании выносливости наблюдается при выполнении упражнений, повышающих частоту сердечных сокращений до...

- а) 150 ударов в минуту.
- б) 120 ударов в минуту.

- в) 140 ударов в минуту.
- г) 160 и выше ударов в минуту.

15. Метод организации деятельности занимающихся, предусматривающий одновременное выполнение несколькими группами разных заданий, называется...

- а) фронтальным.
- б) бригадным.
- в) массовым.
- г) групповым.

**Вы закончили выполнение задания.
Поздравляем!!!**

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ
по предмету «Физическая культура»
МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Фамилия, Имя, Отчество _____
Город, школа, класс _____

БЛАНК ОТВЕТОВ

№ 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

Оценка (слагаемые и сумма) _____

Подписи жюри: _____