

*ответы*

Олимпиадные задания для 5 – 6 кл. (теоретический тур). Октябрь 2021г.

1. Какие обязательные разделы программы включены в уроки физической культуры : а) аэробика, пионербол, футбол. б) спортивные игры, гимнастика, лёгкая атлетика, лыжи. в) подтягивание, приседания, бег, прыжки.
2. При получении травмы на уроке ученику следует : а) прекратить занятие, б) снизить нагрузку, в) обратиться к учителю, д) не обращать на это внимание.
3. Какие способности развивает лёгкая атлетика : а) сила, б) быстрота, в) гибкость, г) выносливость д) все перечисленные.
4. Как называется исходное положение в упражнении «кувырок вперёд» : а) основная стойка, б) упор лёжа, в) упор присев, г) сид.
5. Где и когда проводились последние Олимпийские летние игры ? а) - 2020 г. в Японии, б) - 2014 г. в Сочи, в) - 2016 г. в Бразилии.
6. Длина беговой дорожки стадиона «Енисей» в Новосёлово равна : а) 350 м., б) 400 м., в) 300 м., г) 280 м.
7. Как называется специальное место, где на соревнованиях находятся запасные игроки ? а) трибуна запасных, б) скамейка запасных, в) раздевалка.
8. Нельзя проводить тренировку, если .... а) плохая погода, б) плохое настроение, в) повышенная температура.
9. Какой запрет был введён во времена Древней Греции на период Олимпийских игр? а) на рабочую деятельность, б) на обучение, в) на проведение работ в поле, г) на распри и войны.
10. Соревнования – это неотъемлемая часть : а) физкультуры, б) процесса обучения, в) спорта.
11. Что является итогом успешного выполнения испытаний комплекса ГТО на каждой ступени ? а) золотая медаль, б) оценка «отлично» по предмету физическая культура в учебном году, в) золотой знак.
12. Физическое качество, в основе которого лежит способность выполнять движения с большой амплитудой это - а) быстрота, б) гибкость, в) выносливость, г) ловкость.
13. Звуковой атрибут спортивного судьи - ...*систола*.....
14. В каком виде спорта проявляется быстрота реакции ? а) в метании мяча, б) в марафонском беге, в) в стрельбе, г) в борьбе.
15. Волейбол как спортивная игра появилась в конце 19 века в : а) в США, б) Канаде, в) Японии, г) Германии.
16. При выполнении упражнений друг за другом необходимо соблюдать *дышательство*.....
17. В этом виде спорта есть понятие пенальти - *футбол*.....
18. Сколько попыток даётся на соревнованиях при метании мяча ? а) 2, б) 4, в) 3.
19. Вид спорта, где гонка на лыжах и стрельба из винтовки - *биатлон*.....
20. Пионербол это подводящая игра к - а) баскетболу, б) лёгкой атлетике, в) футболу, г) волейболу.
21. Конечный путь дистанции – это *финиш*.....
22. Установите соответствие между оборудованием и видами спорта.

ворота	5 волейбол
ракетка	3 баскетбол
кольцо	4 теннис
сетка	2 хоккей
клюшка	1 футбол
23. Установить соответствие между физическими качествами и видами спорта.

л/спорт	2 гибкость
тяжёлая атлетика	1 быстрота (30,60 м.)
гимнастика	4 выносливость
лёг. атлетика	1 сила

*175 + 4 \* 9 = (25) = 425*

# Андреевская Ритмика

Олимпиадные задания 9 – 11 кл. (теоретический тур). Октябрь 2021 г.

1. Разделы программы по физкультуре, где наиболее заметно проявление выносливости.  
а) лёгкая атлетика, б) лыжная подготовка, в) спортивные игры, г) гимнастика.
2. В каких видах спорта, наиболее заметно проявляется сила ? а) волейбол, б) футбол,  
в) гимнастика, д) гиревой спорт, е) тяжёлая атлетика, ж) бокс.
3. Перечислите правильную последовательность развития физических качеств, которую целесообразно соблюдать в рамках одного занятия : а) гибкость и ловкость, б) быстрота, в) сила,  
г) выносливость.
4. В каком виде спорта существует дисциплина, проводимая в закрытых помещениях и на открытом воздухе ? а) тяжёлая атлетика, б) самбо, в) спортивная гимнастика. г) лёгкая атлетика.
5. Какой из видов спорта относится к единоборствам ? а) фехтование, б) стрельба, в) теннис,  
г) лёгкая атлетика.
6. Временное снижение работоспособности принято называть.... а) усталость, б) утомление,  
в) восстановление, г) переутомление.
7. Назвать беговую дисциплину комплекса ГТО, в которой необходимо преодолевать короткую дистанцию с резкой сменой направления движения. а) челночный бег 3 по 10 м., б) бег 30 м,  
в) бег 100 м.
8. Какое испытание комплекса ГТО выполняется из исходного положения вис на перекладине ?  
*подтягивание*
9. Вписать последовательность фаз бега на 100 м.  
*старт, разбег, финиш*
10. При выполнении упражнений друг за другом необходимо соблюдать *дискретного*
11. В каком виде спорта возможно установить абсолютный рекорд ? а) волейбол, б) велоспорт, в) стрельба из лука, г) вольная борьба.
12. Способность организма длительно выполнять работу без снижения работоспособности называется *выносливость*
14. Какие правила необходимо соблюдать при изучении двигательного действия ?  
а) от неизвестного к известному, б) от неосвоенного к освоенному, в) от известного к неизвестному, г) от сложного к простому.
15. Как увеличить объём нагрузки в беге с преимущественным проявлением выносливости ?  
а) увеличить частоту шагов, б) увеличить дистанцию, в) увеличить длину шагов, г) увеличить скорость бега.
16. Какое из контрольных упражнений определяет уровень развития силы ? а) 6 – минутный бег,  
б) нанесение точек на листе бумаги за 10 секунд, в) ходьба по бревну, г) поднимание туловища из положения лёжа.
17. В волейболе игрок стоящий в зоне № 1, при «переходе» перемещается в зону № 6..
18. Длина беговой дорожки стадиона (стандартная). а) 390м, б) 395м, в) 400м, г) 405м.
19. В правилах баскетбола сжатая кисть (кулак) судьи означает как *плот*.
20. Какие упражнения относятся к циклической деятельности ? а) бег, б) езда на велосипеде, в) бег на коньках, г) прыжки в длину с места.
21. Указать последовательно части урока физкультуры и тренировочного занятия
22. Что является олимпийскими наградами ? а) медали, б) кубки, в) денежное вознаграждение, г) медали и дипломы.
23. Что означает баскетбольный термин «пробежка» ? а) выполнение с мячом 1 шага,  
б) выполнение с мячом 2 шагов, в) выполнение с мячом более 2 шагов.
24. Какой из видов спорта относится к игровым ? а) фехтование, б) скелетон,  
в) хоккей, г) шорт-трек.

25. Установите соответствие между физическими упражнениями и физическими качествами.

физические упражнения	физические качества
1. висе на перекладине поднимание ног.	1. гибкость 3
2. старты по сигналу	2. сила 1
3. наклоны в сторону	3. ловкость 5
4. бег на лыжах 2 км.	4. быстрота 2
5. жонглирование 3 мячами	5. выносливость 4

1,25

26. Установите соответствие между спортивоустройствами и видами спорта

1. лёгкая атлетика	а - ринг 4
2. теннис	б - трасса 5
3. фигурное катание	в - тир 6
4. бокс	г - стадион 1
5. лыжные гонки	д - каток 3
6. стрельба	е - корт 2

1,5

27. Установите соответствие между видами спорта и размерами площадок, в соответствии с правилами.

0,75

Баскетбол	120 на 90 м.
Футбол	18 на 9 м.
Волейбол	28 на 15 м.

$$18 + 4,25 = 22,25 \text{ м}$$

$$4 \times 9 \text{ м} = 36 \text{ м}$$

$$45,25$$

небольшое

Олимпиадные задания 9 – 11 кл. (теоретический тур). Октябрь 2021 г.

1. Разделы программы по физкультуре, где наиболее заметно проявление выносливости.  
0,5 +  
①) лёгкая атлетика, ②) лыжная подготовка, ③) спортивные игры, ④) гимнастика.
2. В каких видах спорта, наиболее заметно проявляется сила ? а) волейбол, б) футбол,  
0,75 +  
③) гимнастика, ④) гиревой спорт, ⑤) тяжёлая атлетика, ⑥) бокс.
3. Перечислите правильную последовательность развития физических качеств, которую  
0,5 +  
целесообразно соблюдать в рамках одного занятия : ①) гибкость и ловкость, ②) быстрота, в) сила,  
г) выносливость.
4. В каком виде спорта существует дисциплина, проводимая в закрытых помещениях и на  
8 +  
открытом воздухе ? а) тяжёлая атлетика, б) самбо, в) спортивная гимнастика. ①) лёгкая атлетика.
5. Какой из видов спорта относится к единоборствам ? ①) фехтование, б) стрельба, в) теннис,  
1 +  
г) лёгкая атлетика.
6. Временное снижение работоспособности принято называть.... а) усталость, ②) утомление,  
1 +  
в) восстановление, г) переутомление.
7. Назвать беговую дисциплину комплекса ГТО, в которой необходимо преодолевать короткую  
1 +  
дистанцию с резкой сменой направления движения. ①) челночный бег 3 по 10 м., б) бег 30 м,  
в) бег 100 м.
8. Какое испытание комплекса ГТО выполняется из исходного положения вис на перекладине ?  
—
9. Вписать последовательность фаз бега на 100 м.  
—
10. При выполнении упражнений друг за другом необходимо соблюдать длительность.  
1 +
11. В каком виде спорта возможно установить абсолютный рекорд ? а) волейбол, б) велоспорт, ③)  
1 +  
стрельба из лука, г) вольная борьба.
12. Способность организма длительно выполнять работу без снижения работоспособности  
1 +  
называется Возможность.  
—
13. Какие правила необходимо соблюдать при изучении двигательного действия ?  
—  
а) от неизвестного к известному, ⑥) от неосвоенного к освоенному, в) от известного к  
неизвестному, г) от сложного к простому.
14. Как увеличить объём нагрузки в беге с преимущественным проявлением выносливости ?  
1 +  
а) увеличить частоту шагов, б) увеличить дистанцию, в) увеличить длину шагов, ④) увеличить  
скорость бега.
15. Какое из контрольных упражнений определяет уровень развития силы ? а) 6 – минутный бег,  
1 +  
б) нанесение точек на листе бумаги за 10 секунд, в) ходьба по бревну, ④) поднимание туловища  
из положения лёжа.
16. В волейболе игрок стоящий в зоне № 1, при «переходе» перемещается в зону № 5...  
1 +
17. Длина беговой дорожки стадиона (стандартная). а) 390м, б) 395м, ⑤) 400м, г) 405м.  
1 +
18. В правилах баскетбола сжатая кисть (кулак) судьи означает как .....  
—
19. Какие упражнения относятся к циклической деятельности ? ①) бег, б) езда на  
0,5 +  
велосипеде, ④) бег на коньках, г) прыжки в длину с места.
20. Указать последовательно части урока физкультуры и тренировочного занятия  
—
21. Что является олимпийскими наградами ? а) медали, б) кубки, в) денежное  
1 +  
вознаграждение, ④) медали и дипломы.
22. Что означает баскетбольный термин «пробежка» ? а) выполнение с мячом 1 шага,  
1 +  
б) выполнение с мячом 2 шагов, ④) выполнение с мячом более 2 шагов.
23. Какой из видов спорта относится к игровым ? а) фехтование, б) скелетон,  
1 +  
④) хоккей, г) шорт-трек.

25. Установите соответствие между физическими упражнениями и физическими качествами.

физические упражнения	физические качества
1. висе на перекладине поднимание ног	1. гибкость
2. старты по сигналу	4. сила
3. наклоны в сторону	3. ловкость
4. бег на лыжах 2 км.	5. быстрота
5. жонглирование 3 мячами	2. выносливость

26. Установите соответствие между спортивными сооружениями и видами спорта

1. лёгкая атлетика	9	а - ринг
2. теннис	5	б - трасса
3. фигурное катание	8	в - тир
4. бокс	4	г - стадион
5. лыжные гонки	6	д - каток
6. стрельба	13	е - корт

27. Установите соответствие между видами спорта и размерами площадок, в соответствии с правилами.

Баскетбол	28 на 15	120 на 90 м.
Футбол	120 на 90	18 на 9 м.
Волейбол	18 на 9	28 на 15 м.

$$146 + 5,5 = 19,5$$

$$5 \times 9 = 215 / 40,5 \text{ г}.$$

## Олимпиадные задания 7 – 8 кл. (теоретический тур). Октябрь 2021г.

1. Где лучше развивается быстрота ? а) в подвижных и спортивных играх, б) в беге на коротких дистанциях, в) в прыжках в высоту, г) в метаниях мяча .
1. Упражнения на гибкость рекомендуется выполнять : а) в начале урока, б) в середине, в) в конце.
- 0,75 3. Отметить упражнения, наиболее эффективные для развития гибкости : а) наклоны, б) махи ногой вверх, в) приседания, г) прыжки с места, д) кувырки
- 0,5 4. В каких видах спорта наиболее проявление быстроты ? а) в гимнастике, б) в лёгкой атлетике, в) в конькобежном спорте, г) в фигурном катании.
- 5. Где быстроту рекомендуется воспитывать идеальнее: а) в начале урока, б) в середине, в) в конце.
- 0,75 6. Отметить дистанции, относящиеся к проявлению выносливости : 30 м, 1000 м, 60 м, 500 м, 1500 м, 100 м.
- 1 7. Почему лёгкую атлетику называют королевой спорта ? Напишите нельзя уст,  
один элемент включает в себя много видов спорта
- 0,75 8. Отметить виды спорта связанные с воротами : а) гребля, б) водное поло, в) теннис, г) футбол, д) хоккей, е) мотобол.
- 1 9. Обмен газов (кислорода и углекислого газа) между организмом и окружающей средой называется дыхание.
- 10. В каких видах спорта используется бревно (в виде препятствия) ? а) в лёгкой атлетике, б) в гимнастике, в) в конном спорте, г) во всех перечисленных.
- 1 11. Выход запасного игрока на площадку вместо игрока основного состава в играх называется замена.
- 1 12. Сколько человек в команде могут играть на площадке в баскетбол ? а – 3, б – 4, в – 5.
- 13. Какая подача в волейболе наиболее силовая ? а) нижняя прямая, б) верхняя боковая, в) верхняя прямая.
- 14. Наиболее подходящее время для развития выносливости у школьников : а) осень, б) зима, в) весна, г) лето.
- 1 15. Найти ошибку в подтягивании : а) хват сверху на ширине плеч, б) ноги и туловище прямые, в) подтягивание размахиванием туловища.
- 1 16. Сколько попыток даётся участнику соревнований по прыжкам в длину а) 2, б) 3, в) 4, г) 1.
- 17. Основной формой подготовки спортсмена является .....
- 1 18. Участник соревнований после броска по метанию мяча заступил на линию впереди себя....  
а) нарушил правила, б) не нарушил.
- 19. Вписать последовательно элементы прыжка прыжка в длину с разбега :  
1 Разбег, 2 Подскок, 3 прыжок
- 20. Чем отличается кроссовый бег от бега по дорожке ? а) техникой бега, б) скоростью бега, в) местом где бегут.
21. Соедините стрелками физические качества и тесты, которыми оценивается уровень ОФП.

физические качества	содержание тестов
1. сила Г	а - бег на короткие дистанции
2. быстрота а	б - наклон вперёд из положения стоя
3. выносливость б	в - бег на длинные дистанции
4. гибкость б	г - подтягивание

22. Установите соответствие между оборудованием и видами спорта.

1.мяч б	а - конькоб. спорт
2.стол 2	б - баскетбол
3.кольцо б	в - футбол
4.коньки а	г - теннис

$$118 + 2,75 = 13,75$$

$$4 \times 9 \text{ м} = 36 \text{ м}$$

$$36,75 \text{ м}$$

# Манычевский Филипп 11 класс.

Олимпиадные задания 9 – 11 кл. (теоретический тур). Октябрь 2021 г.

- 0,5 1. Разделы программы по физкультуре, где наиболее заметно проявление выносливости.  
а) лёгкая атлетика, б) лыжная подготовка, в) спортивные игры, г) гимнастика.
- 0,75 2. В каких видах спорта, наиболее заметно проявляется сила ? а) волейбол, б) футбол,  
в) гимнастика, д) гиревой спорт, е) тяжёлая атлетика, ё) бокс.
- 0,75 3. Перечислите правильную последовательность развития физических качеств, которую целесообразно соблюдать в рамках одного занятия : а) гибкость и ловкость, б) быстрота, в) сила,  
г) выносливость.
- 1 4. В каком виде спорта существует дисциплина, проводимая в закрытых помещениях и на открытом воздухе ? а) тяжёлая атлетика, б) самбо, в) спортивная гимнастика. г) лёгкая атлетика.
- 1 5. Какой из видов спорта относится к единоборствам ? а) фехтование, б) стрельба, в) теннис,  
г) лёгкая атлетика.
- 1 6. Временное снижение работоспособности принято называть... а) усталость, б) утомление,  
в) восстановление, г) переутомление.
- 1 7. Назвать беговую дисциплину комплекса ГТО, в которой необходимо преодолевать короткую дистанцию с резкой сменой направления движения. а) челночный бег 3 по 10 м., б) бег 30 м,  
в) бег 100 м.
- 1 8. Какое испытание комплекса ГТО выполняется из исходного положения вис на перекладине ?  
подтягивание
- 9. Вписать последовательность фаз бега на 100 м.  
старт, бег, финиш
- 1 10. При выполнении упражнений друг за другом необходимо соблюдать дисциплину.
- 1 11. В каком виде спорта возможно установить абсолютный рекорд ? а) волейбол, б) велоспорт, в)  
стрельба из лука, г) вольная борьба.
- 1 12. Способность организма длительно выполнять работу без снижения работоспособности называется выносливость.
- 1 14. Какие правила необходимо соблюдать при изучении двигательного действия ?  
а) от неизвестного к известному, б) от неосвоенного к освоенному, в) от известного к неизвестному, г) от сложного к простому.
- 1 15. Как увеличить объём нагрузки в беге с преимущественным проявлением выносливости ?  
а) увеличить частоту шагов, б) увеличить дистанцию, в) увеличить длину шагов, г) увеличить скорость бега.
- 1 16. Какое из контрольных упражнений определяет уровень развития силы ? а) 6 – минутный бег,  
б) нанесение точек на листе бумаги за 10 секунд, в) ходьба по бревну, г) поднимание туловища из положения лёжа.
- 1 17. В волейболе игрок стоящий в зоне № 1, при «переходе» перемещается в зону № 6...
- 1 18. Длина беговой дорожки стадиона (стандартная). а) 390м, б) 395м, в) 400м, г) 405м.
- 1 19. В правилах баскетбола сжатая кисть (кулак) судьи означает как бросок
- 0,5 20. Какие упражнения относятся к циклической деятельности ? а) бег, б) езда на велосипеде, в) бег на коньках, г) прыжки в длину с места.
- 21. Указать последовательно части урока физкультуры и тренировочного занятия  
—
- 22. Что являются олимпийскими наградами ? а) медали, б) кубки, в) денежное вознаграждение, г) медали и дипломы.
- 1 23. Что означает баскетбольный термин «пробежка» ? а) выполнение с мячом 1 шага,  
б) выполнение с мячом 2 шагов, в) выполнение с мячом более 2 шагов.
- 1 24. Какой из видов спорта относится к игровым ? а) фехтование, б) скелетон,  
в) хоккей, г) шорт-трек.

25. Установите соответствие между физическими упражнениями и физическими качествами.

физические упражнения	физические качества
1. висе на перекладине поднимание ног 2	1. гибкость
2. старты по сигналу 4	2. сила
3. наклоны в сторону 1	3. ловкость
4. бег на лыжах 2 км. 5	4. быстрота
5. жонглирование 3 мячами 3	5. выносливость

26. Установите соответствие между спортснаряжениями и видами спорта

1. лёгкая атлетика	Г	a - ринг
2. теннис	е	б - трасса
3. фигурное катание	д	в - тир
4. бокс	а	г - стадион
5. лыжные гонки	б	д - каток
6. стрельба	в	е - корт

27. Установите соответствие между видами спорта и размерами площадок, в соответствии с правилами.

1	Баскетбол	120 на 90 м. 2
0,75 2	Футбол	18 на 9 м. 1
3	Волейбол	28 на 15 м. 3

$$15 + 6 = 215$$

$$4 \times 9 = 36$$

465

подсчитано.