

Теоретико-методические задания школьного этапа олимпиады (9-11 класс)

1. Олимпийские игры состоят из ...

А	Соревнований между странами
Б	Соревнований по летним и зимним видам спорта
В	Игр Олимпиады и зимних олимпийских игр
Г	Открытия, награждения участников и закрытия

2. В соответствии с Олимпийской хартией на Олимпийских играх страну представляет ...

А	Правительство страны.
Б	Национальный олимпийский комитет
В	Министерство спорта и туризма и молодежной политики
Г	Национальные спортивные федерации

3. С 1994 года Зимние Олимпийские игры проводятся...

А	В зависимости от решения Международного олимпийского комитета
Б	Как дополнительные к летним олимпийским играм
В	Для рейтинговой оценки квалификации спортсменов
Г	Со сдвигом в 2 года от летних Олимпийских игр

4. Пять олимпийских колец символизируют...

А	Пять принципов олимпийского движения
Б	Основные цвета флагов стран-участниц Игр Олимпиады
В	Союз континентов и встречу спортсменов на Олимпийских играх
Г	Пять основных видов спорта, входящих в состав Древних олимпийских игр

5. Слово "атлетика" в переводе с греческого означает...

А	Борьба
Б	Бег
В	Метание
Г	Прыжки

6. В Древней Греции пятиборье называлось...

А	Апноэ
Б	Блицспринт
В	Панкратион
Г	Пентатлон

7. Состояние организма, характеризующееся прогрессивными функциональными изменениями, произошедшими под влиянием повторения двигательных действий, обозначается как:

А	Развитие
Б	Закаленность
В	Тренированность
Г	Подготовленность

8. Исторически обусловленный уровень физического развития и результат полноценного использования физической культуры – это ...

А	Физическое воспитание
Б	Физическое совершенство
В	Физическая подготовленность
Г	Физическая культура

9. Какое понятие характеризует переход представления о движении мышц в реальное выполнение этого движения и активизацию идеомоторных представлений посредством словесной инструкции?

А	Идеомоторный акт
Б	Содержание упражнения
В	Техника физических упражнений
Г	Характеристика упражнения

10. Поведение, основанное на санитарно-гигиенических нормах и направленное на сохранение здоровья, называется:

А	Закаливание
Б	Гигиена
В	Аутогенная тренировка
Г	Культура здоровья

11. В футболе иностранного игрока клубной команды называют...

А	Страйкер
Б	Легионер
В	Буер
Г	Трейсер

12. Результатом выполнения упражнений с отягощением является...

А	Увеличение объёма латеральных мышц
Б	Повышение уровня функциональных возможностей организма
В	Опорно-двигательного аппарата
Г	Рост абсолютной силы

13. При физической нагрузке боли в мышцах, вызванные накоплением в них токсинов (молочной кислоты), называют...

А	Крепатура
Б	Метаболизм
В	Патогенез
Г	Актин

14. Резкое кратковременное увеличение темпа движения как тактический прием в скоростных видах спорта (бег, гребля, велогонка и др.) называют ...

А	Синтагм
Б	Спурт
В	Модерато
Г	Драйв

15. Правила баскетбола при ничейном счете в основное время предусматривают дополнительный период продолжительностью...

А	3 минуты
Б	5 минут
В	7 минут
Г	10 минут

16. В пляжном волейболе партия продолжается до...

А	12 очков
Б	15 очков
В	21 очка
Г	25 очков

17. Прощтрафившейся команде футболистов судья назначает...

А	Штрафной удар
Б	Штрафные санкции
В	Красную карточку
Г	Штрафное очко

18. Волейболист, пасующий мяч партнерам и выбирающий для них направление атаки обозначается как...

А	Ведущий
Б	Принимающий
В	Атакующий
Г	Разводящий

19. Гигиенические факторы, естественные силы природы и физические упражнения относятся к категории...

А	Задач физического воспитания
Б	Средств физического воспитания
В	Принципов физического воспитания
Г	Форм физического воспитания

20. Искривление позвоночника в правую или левую сторону называют...

А	Кифоз
Б	Сколиоз
В	Спондилез
Г	Остеопороз

21. Укажите последовательно, от каких факторов, прежде всего, зависит здоровье человека:

- 1. Деятельность учреждений здравоохранения.*
- 2. Наследственности.*
- 3. Состояние окружающей среды.*
- 4. Условия и образ жизни.*

А	1, 2, 3, 4
Б	2, 4, 1, 3
В	4, 3, 2, 1
Г	3, 1, 4, 2

22. Как дозируются упражнения на «гибкость», т.е., сколько движений следует делать в одной серии? Упражнения на гибкость выполняются ...

А	по 8-16 циклов движений в серии
Б	пока не начнет увеличиваться амплитуда движений
В	до появления болевых ощущений
Г	по 10 циклов в 4 серии

23. Кто выступил с предложением возродить Олимпийские игры?

А	Жан Жак Руссо
Б	Хуан Антонио Самаранч
В	Пьер де Кубертен
Г	Ян Амос Каменский

24. Что такое адаптация?

А	процесс приспособления организма к меняющимся условиям внешней среды
Б	чередование нагрузки и отдыха во время тренировочного процесса
В	процесс восстановления
Г	система повышения эффективности функционирования системы соревнований и системы тренировки

25. Каковы нормальные показатели пульса здорового взрослого нетренированного человека в покое?

А	60-80
Б	70-90
В	75-85
Г	50-70

26. Впервые представитель Южного Урала принял участие в Играх Олимпиады в году

А	1952
Б	1956
В	1960
Г	1964

27. В каком году состоялись первые Паралимпийские игры?

А	1956
Б	1960
В	1964
Г	1968

28. В каком году состоялись первые зимние Паралимпийские игры?

А	1968
Б	1972
В	1976
Г	1980

29. Какой вид спорта был включён позже всех из перечисленных в программу Олимпийских зимних игр?

А	фристайл
Б	шорт-трек
В	сноуборд
Г	лыжное двоеборье

30. В каком городе проводились юбилейные (100-летие) Олимпийские игры?

А	Атланта
Б	Барселона
В	Сидней
Г	Афины

