

МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ ПО «ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ» 2015 – 2016 г.

ТЕОРЕТИКО - МЕТОДИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ

9-11 классы

Задания в закрытой форме

1. В древности подростки подражали взрослым, осваивали жизненно необходимые навыки и совершенствовали свои физические качества. Так возникли...

- а. системы физического воспитания.
- б. соревнования.
- в. физические упражнения.
- г. методы обучения и воспитания.

2. Проявление общей выносливости обуславливает уровень развития...

- а. личносно – психических качеств.
- б. скоростно – силовых способностей.
- в. функциональной экономичности.
- г. аэробных возможностей.

3. Результатом выполнения силовых упражнений с большим отягощением является...

- а. быстрый рост абсолютной силы.
- б. повышение функциональных возможностей организма.
- в. укрепление опорно – двигательного аппарата.
- г. увеличение физиологического поперечника мышц.

4. Правила баскетбола при ничейном счёте в основное время предусматривает дополнительный период продолжительностью...

- а. 3 минуты.
- б. 5 минут.
- в. 7 минут.
- г. 10 минут.

5. Правила волейбола предусматривают, что команда в каждой партии имеет право максимум на...

- а. три замены.
- б. пять замен.
- в. Шесть замен.
- г. количество замен не ограничивается.

6. Термин «Олимпиада» означает...

- а. соревнования на Олимпийских играх.
- б. собрание спортсменов в одном городе.
- в. високосный год.
- г. четырехлетний период между Олимпийскими играми.

- 7. Для нормальной деятельности центральной нервной системы, регуляции обмена углеводного и аминокислот, необходим...**
- а. витамин А.
 - б. витамин В 1.
 - в. Витамин С.
 - г. витамин D.
- 8. Состояние организма, характеризующееся функциональными изменениями произошедшими под влиянием выполнения упражнений обозначается как...**
- а. ...развитие.
 - б. ...закаленность.
 - в. ...тренированность.
 - г. ...подготовленность.
- 9. Амплитуда движения измеряется в...**
- а. минутах.
 - б. метрах.
 - в. угловых градусах.
 - г. секундах.
- 10. Соотношение между объёмом и интенсивностью упражнений характеризуется...**
- а. ... увеличением ответных реакций организма.
 - б. ... показателями количества и качества двигательной активности.
 - в. ... обратно пропорциональной зависимостью.
 - г. ... прямо пропорциональной зависимостью.
- 11. Завершите утверждение, вписав соответствующее слово в бланк ответов, переход из виса в упор в гимнастике обозначается как...**
- 12. Законченный цикл движений, повторяющийся многократно в беге, ходьбе, конькобежном лыжном и других видов спорта обозначается как...**
- 13. Часть культуры общества, ориентированная на выявление и сравнение человеческих возможностей обозначается как...**
- 14. Интенсивность физического упражнения, выполняемого без перерыва от 5 до 30 минут, по физиологическим критериям относят к зоне ... мощности работы.**
- 15. Состояние устойчивого положения тела в пространстве обозначается как ...**