

**ОЛИМПИАДНЫЕ ЗАДАНИЯ ТРЕТЬЕГО ЭТАПА
РЕСПУБЛИКАНСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ПО УЧЕБНОМУ ПРЕДМЕТУ
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И ЗДОРОВЬЕ»
В 2024/2025 УЧЕБНОМ ГОДУ**

ВАРИАНТ 2

Теоретический тур

Уважаемые участники олимпиады!

Вам предлагается 50 тестовых заданий с различными формами ответов, размещенных в соответствующих блоках. Выбранные варианты ответа фиксируются в специальном бланке. Не допускается оставлять иные символы на бланке ответов и на оборотной стороне листа. В случае выявленных нарушений бланк изымается, а участник получает 0 баллов.

Правила оформления ответов на задания.

Блок А – закрытая форма ответов. Задание содержит четыре утверждения, одно из которых правильное и наиболее верное (полное). Свой выбор следует обозначить знаком «крестик» (х) на соответствующем варианте, другие варианты ответа остаются незачеркнутыми. За каждый правильный ответ назначается **1 балл**.

Блок В – задание на установление соответствия. Ответ заключается в указании правильной связи между двумя множествами. Необходимо записать правильную букву в соответствующий столбец. За каждый правильный ответ назначается **1,5 балла**. Баллы назначаются только за полностью правильный ответ. Частично правильный ответ оценивается в 0 баллов.

Блок С – задание с открытой формой ответов. Результат должен быть записан напротив соответствующего номера задания. Запись следует выполнить разборчивым, хорошо читаемым почерком. За каждый правильный ответ назначается **2 балла**. Баллы назначаются только за полностью правильный ответ в соответствии с условиями задания. Частично правильный ответ оценивается в 0 баллов.

Результаты теоретического тура определяются суммой полученных баллов.

Выполнение задания рассчитано на 2 астрономических часа.

Будьте внимательны! Желаем Вам успеха!

Блок А

А1. Какой из компонентов здорового образа жизни является активным средством профилактики простудных заболеваний?

- А) закаливание
- Б) медицинская активность
- В) двигательная активность
- Г) активный отдых

А2. Какому богу посвящались Олимпийские игры Древности?

- А) Аиду
- Б) Аполлону
- В) Зевсу
- Г) Дионису

А3. Сколько должен весить мяч для игры в футболе на момент начала игры?

- А) 410-450 грамм
- Б) 380-400 грамм
- В) 350 грамм
- Г) 480-500 грамм

А4. Каким термином называют оптимальный уровень физической подготовленности к труду, защите государства, занятию спортом?

- А) физическое развитие
- Б) физическое совершенство
- В) физическое состояние
- Г) физическая подготовка

А5. Какой технический прием дает возможность игроку в баскетболе двигаться с мячом по площадке с большим диапазоном скоростей и в любом направлении?

- А) обычный бег
- Б) передача мяча
- В) все разновидности бега
- Г) ведение мяча

А6. Кто мог участвовать в Олимпийских играх Древности?

- А) свободные граждане греческих полисов мужского пола
- Б) свободные граждане греческих полисов женского пола
- В) все без исключения
- Г) свободные граждане греческих полисов мужского пола старше 18 лет

А7. Для какого стиля плавания типичной ошибкой является «движение ногами, при котором колени выходят из воды»?

- А) брасс
- Б) кроль на спине
- В) баттерфляй
- Г) кроль на груди

A8. В каком случае врач может выходить на площадку без разрешения судьи для оказания помощи игроку, получившему травму в баскетболе?

- А) в любом случае
- Б) если он находится рядом
- В) если нужна немедленная помощь
- Г) в любом случае, но только по решению судей

A9. Что такое Олимпизм?

- А) философия жизни
- Б) спортивные соревнования
- В) система физических упражнений
- Г) комплекс мероприятий

A10. Должен ли спортсмен, которого обгоняют, уступить лыжню по первому требованию в спринте?

- А) нет
- Б) должен
- В) должен, на трассах для классического стиля
- Г) должен, на трассах для свободного стиля

A11. В каком году прошли I Олимпийские зимние игры?

- А) 1900 году
- Б) 1936 году
- В) 1924 году
- Г) 1980 году

A12. Как наказывается игрок, совершивший неправильную замену в гандболе?

- А) желтой карточкой
- Б) удалением на 2 минуты
- В) красной карточкой
- Г) нет наказания за неправильную замену

A13. В каких соревнованиях разыграли первую медаль на Олимпийских играх современности?

- А) бег на 100 метров
- Б) плавание
- В) тройной прыжок
- Г) гольф

A14. Какое из действий является запрещенным во время спуска на лыжах?

- А) разводить носки лыж
- Б) прижимать лыжные палки к телу
- В) в конце спуска падать
- Г) осуществить торможение преднамеренным падением

A15. Как называется вид командных действий, при которых каждый защитник выполняет определенные функции в системе перемещений игроков и несет ответственность за определенную зону этой системы в гандболе?

- А) зонная защита
- Б) личная защита по всей площадке
- В) личная защита на своей половине
- Г) смешанная защита

A16. Как называется упражнение: из виса поднять прямые ноги до горизонтального положения?

- А) вис согнувшись сзади
- Б) вис углом
- В) вис прогнувшись назад
- Г) вис на руках

A17. В основе какого физического качества лежит способность к ориентации в пространстве и времени?

- А) гибкости
- Б) силе
- В) ловкости
- Г) быстроте

A18. С чего начинается освоение игры в волейбол?

- А) изучение стоек и перемещений
- Б) изучение подачи
- В) изучение передачи мяча сверху
- Г) изучение передачи мяча снизу

A19. В каком виде спорта Антон Смольский стал серебряным призером XXIV Олимпийских зимних игр в Пекине?

- А) лыжная акробатика
- Б) лыжные гонки
- В) фигурное катание
- Г) биатлон

A20. Сколько должен длиться перерыв между первой и второй, третьей и четвертой четвертями и перед каждым овертаймом в баскетболе?

- А) 1 минута
- Б) 2 минуты
- В) 3 минуты
- Г) 5 минут

A21. Какой метод целесообразно применить при разучивании атакующего удара в волейболе?

- А) целостно-конструктивного упражнения
- Б) расчленено-конструктивного упражнения
- В) метод поточного упражнения
- Г) метод повторного упражнения

A22. В каком году Национальный Олимпийский Комитет Республики Беларусь возглавил Александр Григорьевич Лукашенко?

- А) 1991 году
- Б) 1993 году
- В) 1997 году
- Г) 1995 году

A23. Чем спортивная ходьба отличается от бега?

- А) в спортивной ходьбе отсутствует фаза полета
- Б) работой рук
- В) постановкой маховой ноги на поверхность земли
- Г) наклоном туловища

A24. В какую спортивную дисциплину входит плавание?

- А) триатлон
- Б) сквош
- В) десятиборье
- Г) лыжное двоеборье

A25. Когда игрок имеет право взять перерыв продолжительностью до 5 минут в настольном теннисе?

- А) между партиями в одной только встречи
- Б) между 1 и 2 партиями встречи
- В) перед решающей партией встречи
- Г) между встречами, которые проводятся подряд

A26. Какие приемы включает техника владения мячом в футболе?

- А) удары, остановки, ведение, финты, отбор мяча
- Б) прыжки, ловля, передача, финт
- В) ловля, передача, ведение, бросок
- Г) ловля, ведение, финт, удары

A27. Обучение двигательным действиям строится в соответствии с... ?

- А) задачами физического образования
- Б) закономерностями формирования двигательных навыков
- В) целевыми установками обучения
- Г) задачами урока

A28. Интервалы отдыха, характеризующиеся совпадением выполнения очередного упражнения с фазой восстановления работоспособности, обозначаются как...

- А) мини-макс интервалы
- Б) экстремальные интервалы
- В) суперкомпенсаторные интервалы
- Г) ординарные интервалы

A29. Систему гимнастических упражнений в сочетании с элементами танцев под современную музыку называют...?

- А) атлетическая гимнастика
- Б) шейпинг
- В) ритмическая гимнастика
- Г) бодибилдинг или культуризм

A30. На уроках физической культуры выделяют подготовительную, основную и заключительную части, так как:

- А) этого требуют государственные образовательные стандарты
- Б) в уроке ставятся три задачи, и каждая часть предназначена для решения одной из них
- В) учителю удобнее распределять различные по характеру упражнения
- Г) выделение частей урока связано с необходимостью управлять динамикой работоспособности учащихся

Блок В

В1. Установите соответствие между названием классификации и упражнениями, входящими в данную классификацию.

Название классификации физических упражнений	Упражнения
1) Признаку физиологических зон мощности	А) Циклические, ациклические, смешанные
2) Роду двигательной деятельности	Б) Основные, подготовительные, подводящие
3) Значению для решения образовательных задач	В) Ходьба, бег, прыжки, метания, единоборства
4) Преимущественной направленности на развитие физических качеств	Г) Максимальной, субмаксимальной, большой, умеренной
5) Структуре движений	Д) Силы, быстроты, ловкости, гибкости, выносливости

В2. Установите соответствие между спортсменом и видом спорта, в котором он завоевал олимпийскую медаль.

Фамилия, имя спортсмена	Вид спорта
1) Александр Медведь	А) Легкая атлетика
2) Юлия Нестеренко	Б) Лыжная акробатика
3) Алла Цупер	В) Борьба вольная
4) Игорь Макаров	Г) Стрельба пулевая
5) Сергей Мартынов	Д) Дзюдо

В3. Найти соответствия между спортивной игрой и техническим приемом игры.

Вид спортивной игры	Технический прием игры
1) Бадминтон	А) Бросок одной рукой сверху в прыжке
2) Футбол	Б) Топ – спин справа
3) Теннис настольный	В) Смеш
4) Гандбол	Г) Остановка мяча внешней частью подъёма
5) Баскетбол	Д) Передача мяча двумя руками сверху от головы

В4. Соотнесите понятия, используемые в теории и методики физического воспитания с их определениями.

Понятия	Определение
1) Присед	А) Быстрый переход из упора в вис
2) Спад	Б) В сложно-координационных видах спорта – последовательное сочетания элементов в композиционно оправданном порядке обозначается как...
3) Комплекс	В) Несколько упражнений, подобранных в определённом порядке для решения конкретной задачи в процессе физического воспитания, называется.....
4) Комбинация	Г) Основное рабочее движение, обеспечивающее продвижение пловца в воде, называется...
5) Гребок	Д) Положение занимающихся на согнутых ногах, называется.....

В5. Сопоставьте направленность основных видов физической культуры с их принятыми разновидностями.

Направленность физической культуры	Разновидности физической культуры
1) Обеспечение физической подготовленности человека к жизни	А) Базовая физическая культура
2) Достижения индивидуального максимума развития	Б) Лечебная физическая культура
3) Подготовка к профессиональной деятельности	В) Профессионально-прикладная физическая культура
4) Сохранения и восстановления здоровья	Г) Спорт

Блок С

С1. Способ диагностики физических, интеллектуальных и других особенностей испытуемых называется.....?

С2. Делегация какой страны выходит первой на церемонии открытия Олимпийских игр?

С3. Какова продолжительность разминки на игровом столе перед началом встречи в настольном теннисе?

С4. Расположение частей тела перед началом упражнения называется.....?

С5. Какая греческая богиня изображается на олимпийских медалях?

С6. Малая форма активного отдыха, которая проводится 1-2 минуты называется.....?

С7. Назовите первую олимпийскую чемпионку в истории суверенной Республики Беларусь?

С8. Сколько секунд дается команде на выход игрока с мячом из тыловой зоны в баскетболе?

С9. Жизненно важный навык, связанный с освоением в водной среде и умением передвигаться в ней – это.....?

С10. На Играх XX Олимпиады в Мюнхене был представлен первый официальный олимпийский талисман - Такса Вальди. В каком году это произошло?

С11. Каким способом целесообразнее принимать мяч после подачи мяча с разбега в прыжке или нападающего удара в волейболе?

С12. Группа лиц, участвующих в спортивных соревнованиях, объединенных принадлежностью к одному спортивному коллективу – это...?

С13. Облегченные варианты выполнения упражнений, уменьшающих нагрузку по одному или нескольким параметрам изучаемого двигательного действия называются.....?

С14. Марафон – это бег на дистанцию какого расстояния?

С15. При подаче в бадминтоне, волан, в момент соударения с ракеткой, должен находиться от корта на высоте.....?