

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

ВАРИАНТ 1

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. Что относится к технике владения мячом в гандболе?

- А) ловля мяча
- Б) бег с мячом
- В) игровые стойки с мячом
- Г) параллельное перемещение с мячом

А2. Что такое «Олимпийское перемирие»?

- А) принцип мирного сосуществования стран-участниц Олимпийских игр
- Б) обещание участников Олимпийских игр соблюдать правила честной борьбы
- В) прекращение расовых конфликтов
- Г) период времени за семь дней до открытия и заканчивающийся через семь дней после закрытия каждых Олимпийских игр, когда все военные конфликты должны прекратиться

А3. Что является главным признаком избыточного статуса питания?

- А) дефицит массы тела
- Б) избыточная масса тела
- В) нестабильность массы тела
- Г) функциональные расстройства

А4. Кто издал указ о запрете проведения Олимпийских игр Древности?

- А) Феодосий I
- Б) Феодосий II
- В) Юлий Цезарь
- Г) Александр Македонский

А5. Каких ударов не существует в классификации техники настольного тенниса?

- А) подрезка
- Б) удар с лета
- В) накат
- Г) топ-спин

А6. Что является основным средством повышения частоты движения?

- А) физические упражнения, выполняемые с дополнительным сопротивлением
- Б) физические упражнения, выполняемые без дополнительного сопротивления
- В) физические упражнения, выполняемые с дополнительной растяжкой
- Г) физические упражнения, выполняемые с дополнительной координацией

А7. При проведении эстафеты в лыжных гонках как стартуют участники на первом этапе?

- А) индивидуально
- Б) группой
- В) одновременно
- Г) попарно

А8. Какой символ, утвержденный Международным олимпийским комитетом, изображен на оборотной стороне медали для Игр Олимпиад?

- А) эмблема Игр
- Б) древнегреческая богиня Ника с лавровым венком в руке
- В) вид спорта
- Г) герб страны-хозяйки Олимпийских игр

А9. Как называется упражнение, выполняемое на параллельных брусьях: туловище приподнято и вместе с ногами образует прямую линию, грудь несколько развернута, голова прямо?

- А) упор
- Б) упор на руках
- В) вис
- Г) упор на предплечьях

А10. На каком расстоянии от проекции центра баскетбольного кольца проводится «трехочковая линия»?

- А) 6,35 метра
- Б) 6,75 метра
- В) 6,25 метра
- Г) 6,00 метра

А11. Как называется метод организации занимающихся, когда одно и тоже задание выполняют все ученики класса?

- А) фронтальный
- Б) групповой
- В) круговой
- Г) индивидуальный

А12. Какой город принимал I Олимпийские зимние игры?

- А) Сочи, Российская Федерация
- Б) Санкт-Мориц, Швейцария
- В) Инсбрук, Австралия
- Г) Шамони, Франция

А13. Какая из перечисленных функций не относится к педагогическому контролю?

- А) контролирующая
- Б) стимулирующая
- В) физическая
- Г) диагностическая

А14. Какое решения принимается во время матча по гандболу, когда время удаления игрока (2 минутное удаление) еще не закончилось, а время первого тайма истекло?

- А) время удаленного игрока аннулируется
- Б) время удаленного игрока идет во время перерыва между таймами
- В) остаток времени удаления переносится на второй тайм
- Г) время удаленного игрока заменяется желтой карточкой

A15. Как называется метод позволяющий определить адекватность реакции организма учащихся на величину выполненной физической нагрузки?

- А) пульсометрия
- Б) хронометраж
- В) диагностика
- Г) вариабельность

A16. С какой целью в 1968 году на X Олимпийских зимних играх Международный олимпийский комитет и международные спортивные федерации учредили процедуру допинг-контроля?

- А) для защиты здоровья спортсменов
- Б) для соблюдения олимпийских идеалов и благородных принципов соперничества
- В) для улучшения спортивных результатов
- Г) для профилактики здорового образа жизни

A17. Какая команда подается при движении походным шагом?

- А) «Строевым шагом – МАРШ!»
- Б) «Шагом – МАРШ!»
- В) «В обход по залу – МАРШ!»
- Г) «Перейти на обычный шаг!»

A18. Технический элемент «Поворот» в плавании имеет определённую фазовую структуру. Определите правильность фаз при выполнении поворота в плавании?

- А) подплывание, касание, вращение, толчок, скольжение, первые плавательные движения и выход на поверхность воды
- Б) касание, вращение, толчок, скольжение, первые плавательные движения и выход на поверхность воды
- В) подплывание, вращение, толчок, первые плавательные движения и выход на поверхность воды
- Г) подплывание, касание, вращение, толчок, скольжение, выход на поверхность воды

A19. Основной задачей разбега в прыжках в легкой атлетике является ...?

- А) быстрое достижение максимальной длины и частоты шагов
- Б) создание благоприятных условий для вылета тела спортсмена под углом 45°
- В) приобретение правильного ритма шагов
- Г) создание оптимальной горизонтальной скорости движения

A20. Женщины начали принимать участие в Олимпийских играх с 1900 года. В каком виде спорта Шарлота Купер стала первой олимпийской чемпионкой?

- А) гольф
- Б) плавание
- В) теннис
- Г) гимнастика

A21. Какой способ остановки мяча в футболе описан: «Исходное положение - лицом к мячу, вес тела на опорной ноге. При приближении мяча останавливающая нога, несколько согнутая в коленном суставе, выносится навстречу мячу. Носок стопы приподнят вверх на 30-40°. Пятка стопы находится над поверхностью на расстоянии 5-10 см.»?

- А) внутренне стороной стопы
- Б) подошвой
- В) внешней частью подъёма
- Г) средней частью подъёма

A22. Укажите в легкой атлетике, в какой момент финиша судьи-хронометристы останавливают секундомеры?

- А) пересечения ногой воображаемой плоскости финиша
- Б) пересечения рукой или ногами финишного створа
- В) пересечения головой воображаемой плоскости финиша
- Г) касания туловищем воображаемой плоскости финиша

A23. В каком виде спорта Евгений Золотой стал серебряным призером Игр XXXIII Олимпиады в Париже?

- А) легкая атлетика
- Б) велоспорт
- В) тяжелая атлетика
- Г) гребля академическая

A24. Как измеряют длину дистанции в спортивном ориентировании, если между двумя контрольными пунктами имеется непроходимое препятствие?

- А) по азимуту от контрольного пункта до следующего контрольного пункта
- Б) по формуле $V=RS^2$
- В) по кратчайшему обходному пути
- Г) по птичьему полёту

A25. Способы выполнения двигательных действий, с помощью которых двигательная задача решается целесообразно с относительно большей эффективностью называется...?

- А) техника физического упражнения
- Б) содержание физического упражнения
- В) тактика выполнения физического упражнения
- Г) форма физического упражнения

A26. Из представленного перечня выберете один вид спорта, который не входит в программу Олимпийских зимних игр:

- А) фигурное катание
- Б) хоккей на траве
- В) шор-трек
- Г) бобслей

A27. Как называется интервал отдыха, когда следующая порция нагрузки приходится на фазу полного восстановления работоспособности организма?

- А) жесткий отдых
- Б) суперкомпенсаторный отдых
- В) экстремальный отдых
- Г) ординарный отдых

A28. В каком случае происходит «положительный перенос» двигательного навыка?

- А) когда подготовительная фаза предыдущего упражнения схожа по технике выполнения
- Б) когда предыдущее упражнение близко по своей биомеханической структуре
- В) когда начальные фазы движения имеют сходство, а заключительные существенно различаются
- Г) когда происходит иррадиация нервных импульсов в головном мозге

A29. Как называется игрок, выполняющий передачу для атакующего удара в волейболе?

- А) атакующий
- Б) передающий
- В) связующий
- Г) либеро

A30. Какое официальное название имела команда, в которую входили спортсмены государств – бывших республик СССР на XVI Олимпийских зимних играх и Играх XXV Олимпиады 1992 год?

- А) объединенная команда
- Б) команда СНГ
- В) команда Союза
- Г) олимпийская команда

Блок В

В1. Установите соответствие между классификацией физических упражнений и их характеристикой.

Классификация физических упражнений	Характеристика физических упражнений
1) аэробные, анаэробные, смешанные	А) структура движений
2) циклические, ациклические, смешанные	Б) механизм энергообеспечения
3) соревновательные, специально-подготовительные, общеподготовительные	В) спортивная специализация
4) Гимнастика, спорт, игры, туризм	Г) развитие физических качеств
5) Сила, быстрота, выносливость, координация, гибкость	Д) исторически сложившимся формам

В2. Установите соответствие между спортивной игрой и приемом техники игры.

Спортивная игра	Технический прием
1) настольный теннис	А) повороты плечом вперед и плечом назад
2) футбол	Б) бросок мяча в падении
3) гандбол	В) короткая подача закрытой стороной ракетки
4) баскетбол	Г) остановка мяча грудью
5) бадминтон	Д) удар накатом

В3. Установите соответствие между событием произошедшем в истории олимпийского движения и годом.

Событие в истории олимпийского движения	Год
1) впервые комплект олимпийских медалей состоял из золотой, серебряной, бронзовой медалей	А) 1904
2) впервые для проживания спортсменов-участников Олимпийских игр была построена Олимпийская деревня	Б) 1920
3) впервые над Олимпийским стадионов был поднят Олимпийский флаг	В) 2004
4) международный олимпийский комитет утвердил обязательное требование к дизайну медалей Игр Олимпиад	Г) 1932
5) впервые знаменосцами национальных команд на церемонии открытия стали выступать сразу двое спортсменов – женщина и мужчина	Д) 2021

В4. Установите соответствие между видом спорта и выдержками из официальных правил этого вида спорта.

Вид спорта	Выдержки из правил вида спорта
1) плавание	А) мяч должен быть сферическим, диаметром 40 мм.
2) легкая атлетика	Б) спортсмен должен коснуться стенки какой-либо частью своего тела при завершении каждого отрезка дистанции и на финише
3) лыжный спорт	В) длина стандартной беговой дорожки составляет 400 м. Дорожка состоит из двух параллельных прямых и двух виражей, радиусы которых равны
4) бадминтон	Г) в спортивных дисциплинах масс-старт, скиатлон, персьют, спринт порядковые номера должны прикрепляться к голени спортсмена, которая расположена ближе к камере, установленной на финишной линии
5) настольный теннис	Д) подающий и принимающий должны стоять в пределах диагонально расположенных полей подачи, не касаясь линий, ограничивающих эти поля

В5. Формирование двигательного навыка протекает в соответствии с рядом законов. Соотнесите название закона и его описание.

Название закона формирования двигательного навыка	Описание закона формирования двигательного навыка
1) закон изменения скорости в развитии навыка	А) он проявляется, когда длительное время не повторяется двигательное действие
2) закон «плато» (задержке) развития навыка	Б) совершенствование двигательного действия практически продолжается на протяжении всего времени занятий в избранном направлении физического воспитания
3) закон угасания навыка	В) в физическом воспитании и спорте бывает как положительный, так и отрицательный
4) закон отсутствия предела в развитии двигательного навыка	Г) временное отсутствие улучшения или ухудшения продуктивности навыка и его развитие
5) закон переноса двигательного навыка	Д) навык формируется не только постепенно, но и неравномерно, что выражается в разной мере качественного прироста в отдельные моменты его становления

Блок С

С1. Время участника бега на 100 м, пришедшего на финиш первым, судьи зафиксировали тремя секундомерами. Однако все три секундомера показали разное время: 1-й секундомер – 12,0 с; 2-й секундомер – 12,4 с; 3-й секундомер – 12,5 с. Какое время судьи зафиксируют победителю забега?

С2. Назначается ли в гандболе спорный бросок?

С3. Фамилия, имя единственной белорусской спортсменки, которая награждена медалью имени Барона Пьера де Кубертена за выдающиеся проявления олимпийского духа во время своей спортивной карьеры?

С4. Максимальная амплитуда движения, которую может проявить спортсмен с помощью внешних сил характеризует как.....?

С5. На какие разделы подразделяется техника нападения в баскетболе?

С6. Назовите вид спорта, включенный в программу Игр Олимпиад, в котором принимают участие только женщины?

С7. Для развития какого физического качества применяются упражнения циклического характера, при которых в работе активно функционируют крупные мышечные группы?

С8. Какой основной способ для определения интенсивности физической нагрузки на уроке «Физическая культура и здоровье»?

С9. Как зовут (имя и фамилия) первую белорусскую олимпийскую чемпионку по лыжной акробатике (фристайл)?

С10. В каком из стилей плавания выполняются волнообразные движения тазом и ногами?

С11. Какой способ перестроения описан «после предварительного расчёта на 1-й и 2-й подаётся команда «В две шеренги - стройся!». По этой команде вторые номера делают левой ногой шаг назад (счёт «раз»); правой ногой, не приставляя ее, шаг вправо (счёт «два») и, вставая в затылок первому, приставляют ногу (счёт «три»)»?

С12. Сколько игроков участвуют в атаке при комбинации «Волна» в волейболе?

С13. Как называлось сооружение, предназначенное для подготовки атлетов к олимпийским состязаниям?

С14. Совокупность морфофункциональных признаков тела человека, определяющих его осанку, размеры, пропорции и массу, полученных под влиянием генетических факторов, среды и воспитания – это...?

С15. Вставьте пропущенное слово. Матч по футболу нельзя начинать или продолжать, если в любой из команд менее _____ игроков.