

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ ФИЗИЧЕСКАЯ
КУЛЬТУРА 2023–2024 уч. г. ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП. 9–11 КЛАССЫ

Максимальное количество баллов за работу – 42.

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР

1. 24 июня 2019 года МОК на 134-й сессии объявил о том, что XXV Олимпийские зимние игры 2026 года пройдут в городах

- + а) Милан и Кортина-д'Ампеццо
- б) Стокгольм и Оре
- в) Лос-Анджелес и Солт-Лейк-Сити
- г) Солт-Лейк-Сити и Бостон

2. Закаливающие процедуры рекомендуется начинать с закаливания

- а) водой
- б) солнцем
- + в) воздухом
- г) холодом

3. Какой старт используется в беге на длинные дистанции?

- + а) высокий
- б) средний
- в) низкий
- г) любой

4. К циклическим видам спорта относятся:

- а) дзюдо, бокс, фехтование
- б) хоккей, волейбол, футбол
- + в) плавание, лыжные гонки
- г) сёрфинг, скейтбординг

5. При каких условиях восстановление после продолжительного бега будет более эффективным?

- а) в положении сидя
- б) в положении стоя
- + в) в ходьбе
- г) в положении лёжа

6. В каком году было принято решение о введении комплекса ГТО в Российской Федерации?

- а) в 2008 году
- + б) в 2014 году
- в) в 2018 году
- г) в 2020 году

7. Вид спорта, состоящий из непрерывного последовательного прохождения трёх этапов: плавания, велогонки и бега.

- а) акватлон
- б) дуатлон
- + в) триатлон
- г) пентатлон

8. Вид спортивного и прикладного единоборства, разработанный в СССР в 1920–1930 годы.

- а) дзюдо
- б) самбо
- в) карате
- г) ушу

9. В какой дисциплине соревновались на I Олимпийских играх Древней Греции?

- а) гонки на колесницах
- б) бег на 1 стадий
- в) панкратион
- г) пентатлон

10. Какое контрольное упражнение НЕ используется при сдаче норм ГТО?

- а) прыжок в длину с места
- б) рывок гири
- + в) толкание ядра
- г) бег на дистанцию 100 м

11. Как называется гимнастическое положение, представленное на рисунке?

- + а) стойка на лопатках
- б) стойка на руках и голове
- в) стойка на предплечьях
- г) стойка на руках



- 7 12. Комплекс физических упражнений (общеподготовительных и специальных), выполняемых перед тренировочными занятиями или соревнованиями с целью подготовки организма к выполнению предстоящих упражнений, – это зарядка/разминка.
- 25 + 13. Совокупность приёмов механического и рефлекторного воздействия на ткани и органы, проводимых непосредственно на поверхности тела человека, – это массаж.
- + 14. В каком году прошли последние Игры Олимпиады?
25 Ответ: 2016 год.
- + 15. Результат спортсмена в беге на 3000 метров составил 10 мин. Рассчитайте среднюю скорость спортсмена по дистанции. *Ответ представьте в метрах в секунду.*
25 Ответ: 5 м/с.
- 0 - 16. В каком году до н.э. проводились II Олимпийские игры Древней Греции?
0 Ответ: _____.
- 17. Установите принадлежность летних видов спорта к олимпийской или неолимпийской программе.

25

а) 1 4 2 8
Олимпийские виды спорта
б) 3 5 6 7
Неолимпийские виды спорта

хоккей с мячом	1
триатлон	2
сёрфинг	3
спортивные танцы	4
софтбол	5
городки	6
хоккей на траве	7
борьба на поясах	8

+18. Установите соответствие между органическими веществами и их категориями.

витамины 1 - 2 (3)	+
белки 1 - 4 (4)	+
углеводы 1 - (5)	+
жиры 1 - 4 (7)	+
минеральные вещества 1 - (2) +	+

липиды 1
кальций 2
аскорбиновая кислота 3
протеины 4
глюкоза 5

55

+ 19. Установите соответствие между годами и странами проведения игр Олимпиад XXI века.

2000 год 2 3	+
2004 год 5 1	+
2008 год 2	+
2012 год 5	+
2016 год 4	+

Греция 1
Китай 2
Австралия 3
Бразилия 4
Англия 5

55

-20. В какой последовательности выполняются действия на занятии по баскетболу?

ходьба, медленный бег 1 3	-
учебная игра в баскетбол 6	-
комплекс общеразвивающих упражнений 1	-
дыхательные упражнения 4	-
отработка ведения мяча, передач, броска в кольцо 5	-
комплекс специальных беговых упражнений 2	-



1
2
3
4
5
6

55

15 правильных

Максимальное количество баллов за работу - 42.

285

48% - пример
 Подпись: Каримова И. В. 
 Лесникова И. В. 
 Савина Е. И. 