

**ОЛИМПИАДНЫЕ ЗАДАНИЯ ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНОГО ЭТАПА  
РЕСПУБЛИКАНСКОЙ ОЛИМПИАДЫ  
ПО УЧЕБНОМУ ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И ЗДОРОВЬЕ»  
В 2023/2024 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. Сколько времени разрешается вратарю в футболе контролировать мяч руками в штрафной площади?**

- А) 6 секунд
- Б) 5 секунд
- В) 8 секунд
- Г) 9 секунд

**А2. В каком году Олимпийским видом спорта стал настольный теннис?**

- А) 1968 году
- Б) 1988 году
- В) 1984 году
- Г) 1992 году.

**А3. С каким понятием ассоциируется «физическое совершенство»?**

- А) здоровье
- Б) спорт
- В) физкультура
- Г) культура

**А4. Как фиксируется фол, который совершил баскетболист, ранее уже получивший пять персональных фолов?**

- А) рассматривается как фол удаленного игрока и наказывается главный тренер команды с внесением записи в протокол матча
- Б) рассматривается как фол удаленного игрока, и команда играет оставшееся время в меньшинстве с внесением записи в протокол матча
- В) рассматривается как фол удаленного игрока и наказывается капитан команды с внесением записи в протокол матча
- Г) рассматривается как фол удаленного игрока и в протокол матча заносится соответствующая запись

**А5. Какие виды спорта были добавлены в программу XXXI летних Олимпийских игр, прошедших в Рио-де-Жанейро в 2016 году?**

- А) гребной слалом, стрельба из лука
- Б) триатлон, пляжный волейбол
- В) керлинг, бадминтон
- Г) гольф, регби

**А6. Какой индекс определяется путем деления массы тела на длину?**

- А) жизненный
- Б) весо-ростовой
- В) силовой
- Г) функциональный

**A7. При какой игровой ситуации в футболе назначается угловой удар?**

- А) когда мяч после касания игрока обороняющейся команды пересекает линию вратаря по земле или по воздуху, и гол не забит
- Б) когда мяч после касания игрока обороняющейся команды полностью пересекает линию ворот по земле или по воздуху, и гол не забит
- В) когда мяч после касания вратаря обороняющейся команды пересекает линию ворот по земле или по воздуху, и гол не забит
- Г) когда мяч после касания игрока обороняющейся команды полностью пересекает линию ворот только по воздуху, и гол не забит

**A8. Кто из спортсменов-белорусов в 1992 году был признан лучшим спортсменом и награжден призом «Джесси Оуэнса»?**

- А) Виталий Щербо
- Б) Эдуард Малафеев
- В) Игорь Басинский
- Г) Дмитрий Дащинский

**A9. Для развития какого физического качества используют упражнения с максимальной скоростью?**

- А) координации
- Б) быстроты
- В) силы
- Г) выносливости

**A10. Теоретические основы и совокупность тактических действий - индивидуальных и коллективных (групповых и командных), направленных на достижение победы над соперником называется.....?**

- А) тактическая подготовка
- Б) тактическая подготовленность
- В) тактическая комбинация
- Г) тактика игры

**A11. Какой видный общественный деятель Греции был избран первым президентом МОК и находился на этом посту до конца 1896 года?**

- А) Пьер де Кубертен
- Б) Деметриус Викелас
- В) Чарльз Херберт
- Г) Уильям Слоэн

**A12. Какие занятия способствуют развитию гибкости?**

- А) ежедневные, двухразовые занятия
- Б) двухразовые занятия в неделю
- В) трехразовые занятия в неделю
- Г) четырехразовые занятия в неделю

**A13. Какие три способа проведения соревнований получили наибольшее распространение в спортивных играх?**

- А) турнирный, олимпийский, смешанный
- Б) олимпийский, смешанный, турнирный
- В) круговой, с выбывание, смешанный
- Г) с выбывание, олимпийский, турнирный

**A14. Кто из белорусских борцов на Олимпиаде в Токио в 1964 году завоевал свою первую золотую медаль?**

- А) Михаил Желобовский
- Б) Виталий Пархимович
- В) Александр Медведь
- Г) Ромуальд Клим

**A15. Какие из перечисленных упражнений в первую очередь совершенствует нервно-мышечную и центральную нервную системы?**

- А) скоростные
- Б) силовые
- В) стретчинг
- Г) координационные

**A16. Каких два варианта командной тактической расстановки в защите при приеме подачи применяются в волейболе?**

- А) в линию и уступами
- Б) в одну и две линии
- В) уступам и в две линии
- Г) в две линии и уступам

**A17. Как избирались судьи-эллинодики для работы на Олимпийских играх в древности?**

- А) назначались правительством
- Б) по жребию
- В) по статусу
- Г) голосованием (поднятием рук)

**A18. Как называется лыжная гонка преследования?**

- А) гандикап
- Б) эстафета
- В) персьют
- Г) трекинг

**A19. За какой срок до начала Олимпийских игр в древности атлеты-участники приезжали в Элиду?**

- А) за 3 месяца
- Б) за 2 недели
- В) за полгода
- Г) за месяц

**A20. Где должны находиться стопы пловца при старте из воды (способ плавания – кроль на спине)?**

- А) пол стопы в воде
- Б) вся стопа на поверхности
- В) как удобно пловцу
- Г) полностью под водой

**A21. Какое действие считается ошибкой при блокировании в волейболе?**

- А) блокирующий касается мяча в пространстве соперника раньше атакующего удара соперника
- Б) при блокировании игрок переносит кисти и руки по другую сторону сетки и это действие не мешает игре соперника
- В) игрок передней линии совершает блокирование или участвует в состоявшемся блоке
- Г) игрок завершает атакующий удар по мячу, находящемуся выше верхнего края сетки

**A22. Как называется в гимнастике переворот вперед с последовательной опорой руками и поворотом кругом с приземлением на две ноги?**

- А) сальто
- Б) рондат
- В) переворот
- Г) оборот

**A23. Какой диаметр круга в соревнованиях по метанию диска?**

- А) 2,3 метра
- Б) 2,4 метра
- В) 2,5 метра
- Г) 2,2 метра

**A24. Как называется наименьшая ЧСС, при снижении которой эффект от воздействия физической нагрузки будет минимальным?**

- А) максимальная
- Б) пиковая
- В) пороговая
- Г) средняя

**A25. От чего зависит длительность (время игры) матча по гандболу?**

- А) от возраста участников
- Б) от пола участников
- В) от правил соревнований
- Г) от уровня соревнований

**A26. В каком из висов в гимнастике подбородок находится выше грифа перекладины?**

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

**A27. Когда команда подлежит наказанию за командные фолы, все последующие персональные фолы, совершенные на игроке, не находившемся в процессе броска, должны быть наказаны.....?**

- А) предоставлением 2 штрафных бросков вместо вбрасывания
- Б) предоставлением 1 штрафного броска вместо вбрасывания
- В) предоставлением 3 штрафных бросков вместо вбрасывания
- Г) предоставлением 3 штрафных бросков и вбрасывания мяча

**A28. Что относится к техническим видам легкой атлетики?**

- А) пробеги и кроссы
- Б) многоборья
- В) прыжки и метания
- Г) бег по шоссе

**A29. Какие из перечисленных оздоровительных видов относят к самостоятельным средствам закаливания?**

- А) занятия в лесу
- Б) занятия на берегу водоема
- В) физические упражнения в тренажерном зале
- Г) водные процедуры

**A30. Когда заменяющий игрок в гандболе имеет право пересечь боковую линию, чтобы вступить в игру?**

- А) только во время остановки игрового времени
- Б) только после того, как заменяемый им игрок покинет игровую площадку
- В) только после того, как заменяемый им игрок покинет игровую площадку в момент, когда остановлено время игры
- Г) только в зоне замены во время остановки игрового времени

## Блок В

**В1. Установите соответствие между характеристикой и последовательностью задач обучения технике спортивной ходьбы в легкой атлетике.**

1) Первая задача	А) Научить движению таза при спортивной ходьбе
2) Вторая задача	Б) Ознакомиться с техникой спортивной ходьбы
3) Третья задача	В) Научить правильным движениям ног при спортивной ходьбе
4) Четвертая задача	Г) Совершенствование техники
5) Пятая задача	Д) Обучить правильным движениям рук и плеч в спортивной ходьбе

**В2. Определить виды спорта, в которых прославились белорусы - олимпийские чемпионы?**

Фамилия, имя спортсмена	Вид спорта
1) Андрей Арямнов	А) легкая атлетика
2) Юлия Нестеренко	Б) борьба вольная
3) Елена Белова	В) тяжелая атлетика
4) Александр Медведь	Г) фехтование

**В3. Установить соответствие между названием беговых шагов и движениями ног в гимнастике.**

Движение ног при выполнении беговых шагов	Название беговых шагов
1) С носка, при выносе другой ноги вперед опорная слегка сгибается и разгибается	А) Переменный
2) Скользящим движением выставляемой ноги	Б) Высокий
3) С высоким подниманием бедра и разгибанием маховой ноги	В) Перекатный
4) С носка одной ногой и приставлением другой	Г) Скользящий
5) Сочетание приставного и обычного бега	Д) Приставной

**В4. Соотнесите содержание физического упражнения и то физическое качество, для развития которого можно применять это упражнение.**

<b>Содержание физического упражнения</b>	<b>Физическое качество</b>
1) Поднимание и опускание туловища лёжа на животе на гимнастической скамейке, ноги закреплены, руки за голову	А) Быстрота
2) Бег по сигналу на дистанцию 10 метров из различных исходных положений	Б) Гибкость
3) Из полушпагата наклоны туловища вперёд к левой или правой ноге	В) Выносливость
4) Бег по пересечённой местности	Г) Ловкость
5) Ловля подброшенного мяча, после приседания, поворота кругом, кувырка	Д) Сила

**В5. Соотнесите название группового тактического действия в спортивных играх с его описанием и способом взаимодействия игроков?**

<b>Название группового тактического действия</b>	<b>Описание группового тактического действия</b>
1) Волна	А) Взаимодействие трех игроков, представляет собой пересечение, осуществляемое двумя игроками в непосредственной близости от третьего партнера (обычно центрального), стоящего спиной к щиту соперника.
2) Скрестный ход	Б) Игрок зоны 3 начинает комбинацию стремительным разбегом для атаки с низкой передачи (короткой, на взлете), передача следует игроку зоны 4, рядом с игроком зоны 3, который имитирует удар, отвлекая блокирующих игроков соперника, что позволяет игроку зоны 4 успешнее завершать атаку.
3) Подстраховка	В) Завершая атаку по краю, нападающий выполняет сильную поперечную передачу вдоль ворот. Активно выходя на прострельную передачу и имитируя попытку выполнить удар по воротам, футболист скрытно пропускает мяч партнеру, который получает возможность для выполнения удара по воротам, так как все внимание защитников, сосредоточено на игроке, находящемся ближе других к мячу
4) Пропускание мяча	Г) Прием заключается в постоянной готовности обороняющихся приходить друг другу на помощь при опеке своих нападающих, готовность оказать помощь партнеру в единоборстве с опасным соперником в момент приема мяча, когда защитник атакует соперника, оставляя неприкрытым своего подопечного.

### Блок С

**С1. Как называется свободный спуск по бугристому склону длиной до 250 м с обязательным исполнением двух прыжков?**

**С2. На каком расстоянии от игрока, выполняющего начальный бросок в гандболе, могут находиться соперники?**

**С3. Какой стиль спортивного плавания является самым медленным?**

**С4. Как называется вид стартового положения в легкой атлетике, при котором спортсмен упирается ногами и руками в землю и использует стартовые колодки?**

**С5. В каком виде спорта в 2010 году завоевал золотую олимпийскую медаль Алексей Гришин?**

**С6. Кто отвечает непосредственно за жизнь и здоровье учеников на уроке по учебному предмету «Физическая культура и здоровье»?**

**С7. Сколько челленджей главного тренера может быть предоставлено команде в матче по баскетболу в играх, в которых используется система немедленного видеоповтора?**

**С8. Дугообразное, максимально прогнутое положение тела спиной к опорной поверхности с опорой на ноги и руки называется....?**

**С9. Какое наказание получает игрок футбольной команды, который лишает команду соперника гола или явной возможности забить гол, играя рукой в мяч, независимо от того, где произошло нарушение?**

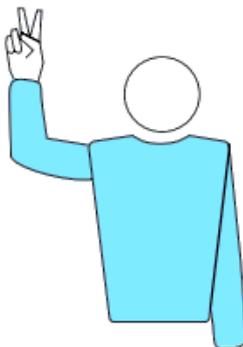
**С10. Как называется метод организации занимающихся на уроке, когда они (занимающиеся) одновременно выполняют одни и те же упражнения под руководством преподавателя?**

**С11. Как называется документ, в котором четко определены условия соревновательной борьбы в конкретной спортивной игре, которая протекает под контролем спортивных арбитров?**

**С12. Что необходимо при себе иметь спортсмену при преодолении дистанции в классическом спортивном ориентировании?**

**С13. В каком году зимние Олимпийские игры стали «самостоятельными» и впервые были проведены не в один год с играми Олимпиад по летним видам спорта?**

**С14. Что означает жест судьи в волейболе «Поднятых два разведенных пальца»?**



**С15. До какого счета играется один гейм в бадминтоне?**