

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КУРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Многопрофильная олимпиада КГУ «Твой выбор» 2022-2023 у.г.

**Теоретико-методическое задание (заочный этап)
Инструкция по выполнению задания**

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к минимуму знаний выпускников средней (полной) школы по предмету «Физическая культура».

Задания объединены в 4 группы:

1. Задания в закрытой форме, то есть с предложенными вариантами ответов. Задания представлены в форме незавершенных утверждений, которые при завершении могут оказаться либо истинными, либо ложными. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильное завершение из предложенных вариантов. Среди них содержатся как правильные, так и неправильные завершения, а также частично соответствующие смыслу утверждений. Правильным является то, которое наиболее полно соответствует смыслу утверждения.

Выбранные варианты отмечаются, зачеркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в» или «г».

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. **Задания этой группы оцениваются в 1 балл за правильный полный ответ. Все остальные ответы – 0 баллов**

2. Задание на выбор соответствий

Задание этой группы оценивается по принципу 0,5 балла за каждую правильную пару. 3 балла – за полный ответ (0,5 балла – бонус).

3. Задания, в которых необходимо завершить/дополнить высказывание. Необходимо восстановить определение, вписав все пропущенные слова.

Задание этой группы оценивается по принципу 1 балл за каждый правильный термин. За полный ответ бонус 1 балл.

4. Задания в открытой форме, без предложенных вариантов ответов. При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подбранное определение вписывайте в соответствующую графу бланка ответов.

Задание этой группы оценивается по принципу 2 балла за правильный ответ.

Ответы с орфографическими ошибками считаются неправильными

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ

Задания в закрытой форме

1. Олимпийские кольца символизируют

- а) Пять принципов олимпийского движения
- б) Основные цвета флагов стран-участниц первых Олимпийских игр современности
- в) Союз континентов и встречу спортсменов на Олимпийских играх
- г) Пять основных видов спорта, входящих в состав древнегреческих Олимпиад

2. Автором идеи возрождения Олимпийских игр считается

- а) Жан Жак Руссо
- б) Пьер де Кубертен
- в) Хуан Антонио Самаранч
- г) Ян Амос Каменский

3. Что объединяет Олимпийские игры 1916, 1940 и 1944 годов?

- а) эти Олимпийские игры были перенесены из-за обострения геополитической ситуации
- б) в этих Олимпиадах не участвовали представители воюющих стран
- в) Олимпийские игры в эти годы не проводились, их номера были использованы позже
- г) Олимпийские игры не проводились, их номера не были использованы

4. Прыжок в длину с места не применяется для оценки

- а) специальной силовой подготовленности штангистов
- б) взрывной силы у спортсменов
- в) скоростно-силовых качеств бегунов-спринтеров
- г) быстроты отталкивания у прыгунов в длину

5. Результаты в кроссовом беге более всего зависят

- а) силы и ловкости
- б) аэробной выносливости
- в) анаэробной выносливости
- г) скорости и гибкости

6. Боль или дискомфорт в мышцах, вызванные накоплением при физической нагрузке молочной кислоты это -

- а) крепатура
- б) метаболизм
- в) патогенез
- г) анаболический эффект

7. Выберите термин, не совпадающий с остальными по смыслу ...

- а) спурт
- б) спринт
- в) пелотон
- г) отрыв

8. В клубных командах так называют игрока с гражданством другой страны

- а) сталкер
- б) стайер
- в) легионер
- г) либеро

9. Гигиенические факторы, естественные силы природы и физические упражнения это

- а) задачи физического воспитания
- б) средства физического воспитания
- в) принципы физического воспитания
- г) формы физического воспитания

10.Нарушения осанки, проявляющиеся в боковых искривлениях позвоночника это - ...

- а) кифоз
- б) сколиоз
- в) спондилез
- г) лордоз

11.Какие упражнения наиболее эффективны для развития скоростных способностей?

- а) упражнений силовой направленности, при выполнении которых мышцы достигают максимального напряжения за минимальное время
- б) упражнений игровой направленности, при выполнении которых требуются заметные мышечные усилия
- в) упражнений скоростного характера, при выполнении которых необходимы мощные отталкивания
- г) упражнения с незначительным сопротивлением, высокой степенью освоенности техники и максимально близкое к основному соревновательном упражнению

12. Физические упражнения, используемые для исправления травматических опорно-двигательного аппарата, называются ...

- а) подводящими
- б) лечебными
- в) корригирующими
- г) общеразвивающими

13. Наиболее информативным, объективным и универсальным показателем реакции организма на физическую нагрузку в практике физического воспитания и спорта, является

- а) время выполнения двигательного действия
- б) продолжительность и качество сна
- в) частота сердечных сокращений (ЧСС)
- г) изменение жировой и мышечной массы

14. Основным критерием эффективности многолетней спортивной подготовки является

- а) освоенный арсенал двигательных умений и навыков
- б) достигнутый уровень развития физических качеств
- в) наивысшие спортивные результаты
- г) стабильность спортивных результатов

Задание на выбор соответствий

15. Установите точные соответствия между спортивными терминами и разделами подготовки спортсменов

раздел подготовки	Термины
1. техническая	А. интенсивность и объем
2. тактическая	Б. мотивация
3. функциональная	В. представления
4. психологическая	Г. автоматизм
5. теоретическая	Д. схема

Задания, в которых необходимо завершить/дополнить высказывание.

Восстановите определения, вписав пропущенные слова в бланк ответов.

16. В видах спорта на _____ основным средством _____ борьбы при выборе стратегии «на выигрши» служит финишный _____, или _____ рывок после равномерного прохождения дистанции.

17. _____ качества – это собой отдельные свойства _____ аппарата человека.

18. Двигательные _____, определяющие спортивную одаренность есть ни что иное, как имеющийся уровень физической _____ и потенциал для развития физических _____.

Задания в открытой форме. Завершите определение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.

19. Основной количественной характеристикой тренировочной нагрузки является _____ двигательной активности.
20. Главный документ, определяющий то, как проводятся соревнования в определенном виде спорта – это _____ соревнований.
21. Процесс, направленный на освоение и совершенствование способов выполнения двигательных действий принято называть _____. подготовкой.
22. Способ изменения положения спортсмена на снаряде с преимущественным использованием инерции обозначается как _____.
23. Свойство опорно-двигательного аппарата, характеризующее достижением значительных усилий в короткое время называется _____ (2 слова).
24. Состояние повышенной работоспособности после завершения тренировки на основе стремления физиологических и биохимических функций к превышению исходного состояния, принято обозначать как _____.
25. На уроках физической культуры и в работе с начинающими спортсменами для развития быстроты наиболее эффективен _____ метод.

Вы закончили выполнение задания. Поздравляем!

«КУРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Многопрофильная олимпиада 2022-2023 по предмету «Физическая культура»
ФИО. _____

Школа _____ Класс _____

БЛАНК ОТВЕТОВ

№ вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				

№ вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				

15. 1- 2- 3- 4- 5- _____

вопрос	Ответ
16	
17	
18	
19	
20	
21	
22	
23	
24	
25	

Оценка (слагаемые и сумма)

Подписи жюри