

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БАШКОРТОСТАН

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ОТДЕЛ
ОБРАЗОВАНИЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
БЕЛОРЕЦКИЙ РАЙОН**

МОБУ СОШ №21 Г. БЕЛОРЕЦК

«ОЛИМПЕЙСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ В ШКОЛЕ»

Методическое пособие для подготовки к теоретико-методическим
заданиям Всероссийской олимпиады школьников
по предмету «Физическая культура»

Составитель: Бикбаева Луиза Салаватовна
учитель физической культуры
МОБУ СОШ №21 г. Белорецк
муниципального района Белорецкий район

В 1999-2000 учебном году Министерство образования Российской Федерации впервые включило физическую культуру в перечень учебных предметов, по которым проводится Всероссийская олимпиада школьников.

Цель и задачи Олимпиады является выявление и развитие у обучающихся творческих способностей и интереса к научной (научно-исследовательской) деятельности, пропаганды научных знаний, совершенствование физических возможностей обучающихся, системы физических упражнений и форм занятий физическими упражнениями.

Программа ВсОШ по физической культуре представляет собой конкурсное испытание учащихся основной и средней школы - юношей и девушек (раздельно). Конкурсное испытание предусматривает задания практического и теоретико-методического характера. Практическое задание заключается в выполнении упражнений базовой части Примерной программы по физической культуре по разделам: гимнастика, легкая атлетика, спортивные игры. Теоретико-методическое задание заключается в ответах на тестовые вопросы. Тематика вопросов соответствует требованиям к уровню знаний выпускников основной и средней школы по образовательной программе «Физическая культура».

Успех участия в Олимпиаде связан не только со способностями, но и со знанием классических олимпиадных заданий. Для того, чтобы подготовить учащихся к успешному выступлению в теоретико – методическом задании на Олимпиаде по физической культуре, учителю необходимо организовать проведение подготовительной работы, так как в этом туре часто предлагаются задания, которые выходят за рамки учебных программ даже углубленного изучения предмета.

Для повышения мотивации обучения, индивидуальной активности, формирования информационной компетенции, свободы творчества, интерактивности обучения следует использовать информационно - коммуникационные технологии.

Для использования следует рекомендовать обучающимся сайты, содержащие теоретический материал по разнообразным темам, олимпиадные задачи с подробным решением:

<http://www.rosolymp.ru/> информационный портал Всероссийской олимпиады школьников;

<http://vos.olimpiada.ru/> Всероссийская олимпиада школьников в г. Москва;

<http://pedsovet.org/publikatsii/fizicheskaya-kultura/material-dlya-podgotovki-k-olimpiade-po-fizicheskoy-kulture/> архив заданий;

Желаю успеха и побед!

СОВРЕМЕННОЕ ОЛИМПИЙСКОЕ ДВИЖЕНИЕ

В истории возникновения Олимпийских игр древности немало легенд и мифов. Время их возникновения до сих пор вызывает споры ученых. Но бесспорно, что родиной Олимпийских игр является Древняя Греция. Здесь, на Пелопонесском полуострове в селении Олимпия, что у подножия горы Кронос, в долине реки Алфей, берут свое начало Олимпийские игры (По тексту использованы материалы работ ведущих исследователей олимпизма Милытейна О.А., Родченко В.С.).

По общепринятой сегодня хронологии первые достоверно известные Олимпийские игры состоялись в 776 г. до нашей эры и проводились непрерывно 1169 лет.

В те далекие времена олимпийцами могли стать только свободнорожденные греки, и только мужчины.

Согласно летоисчислению, которое было принято в те времена в Древней Греции, Игры проводились по олимпиадам, то есть раз в четыре года. Они представляли собой празднование начала очередной олимпиады и завершения предыдущей.

Вначале в программу Игр входили состязания в беге, в прыжках, по борьбе, кулачному бою и панкратиону (совмещению кулачного боя с борьбой). Кроме спортивных состязаний в период Игр проводились состязания поэтов-чтецов, художников, артистов и т.п.

С течением времени программа Игр усложнялась, расширялась. Все это требовало разносторонней подготовки и гармоничного развития ее участников. О том, какое огромное значение имели Игры для греческого мира, говорит то, что посетить их считали за честь такие мыслители древности, как Пифагор, Аристотель, Платон, Геродот.

В течение семи веков в Играх участвовали только греки, а затем это право получили и граждане других стран.

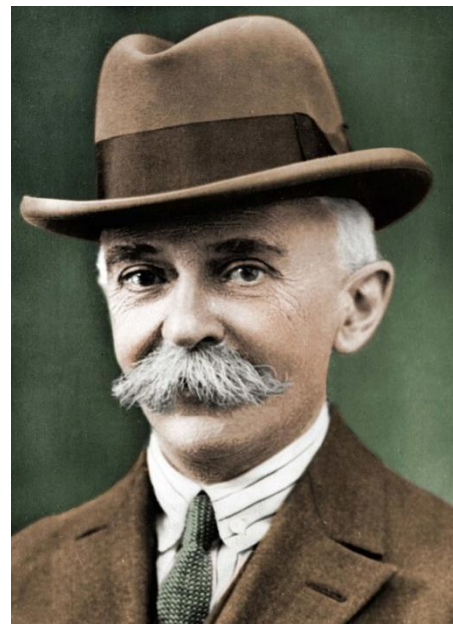
В середине второго века до нашей эры страну завоевал Рим. **В 394 г. уже нашей эры римский император Феодосий I запретил проведение Олимпийских игр как языческих, противоречащих новой христианской религии.**

На пятнадцать столетий они были вычеркнуты из истории человечества, но память о них сохранилась и вспыхнула с новой силой в 19-м веке.

Возрождение Олимпийских игр произошло в конце XIX в. н. э., благодаря выдающемуся французскому гуманисту и просветителю Пьеру де Кубертену, и они стали называться современными Олимпийскими играми.

Пьер де Фреді, барон де Кубертен(1863-1937).

Это имя навечно связано с Олимпийскими играми современности. Он был еще совсем молодым человеком, когда, изучив системы физического воспитания многих стран, пришел к мысли использовать идею возрождения Олимпийских игр для создания системы комплексных международных спортивных соревнований. Они должны были отличаться от всех уже существующих тогда, в конце 19-го века, соревнований, не только тем, что в них были включены состязания по различным видам спорта, но главное - своей идейной направленностью - стремлением молодежи всех стран к миру, дружбе, образованию и культуре. "О спорт! Ты - мир!" Эти слова давно стали крылатыми среди олимпийцев и всех людей. Так называлась одна из 9 глав "Оды спорта", написанной Пьером де Кубертенем в 1912 г. В ней говорится о том, что "спорт - наш постоянный спутник в жизни, настоящий и надежный друг».



25 ноября 1892 г. Кубертен выступил в Сорбонне с докладом о возрождении Олимпийских игр. Он говорил столь убежденно и страстно, что французские спортивные деятели приняли решение созвать Международный атлетический конгресс и пригласить на него представителей крупнейших спортивных держав. В конгрессе приняли участие 2 тыс. человек из 10 стран, в том числе из России.

23 июня 1894г. в Париже был создан Международный олимпийский комитет - МОК. Конгресс решил: через два года пройдут первые Олимпийские игры. **День 23 июня традиционно ежегодно отмечается в десятках стран мира как Олимпийский день.**

Несмотря на огромные трудности, первые Игры прошли на родине древних олимпиад, в столице Греции - Афинах в апреле 1896г. На них приехало 245 спортсменов из 14 стран Европы, Америки и Океании. Первые олимпийцы соревновались в 43 состязаниях легкой атлетики, борьбы, плавания и других видов спорта. Первым олимпийским чемпионом стал американец Джеймс Конноли, победивший в тройном прыжке. Игры в Афинах и вся последующая история Олимпийских игр современности доказали гениальность идей Пьера де Кубертена и его сторонников.

В 1994 г. мировое сообщество торжественно отмечало 100-летний юбилей олимпийского движения современности. Этот год ООН объявила Международным годом спорта и олимпийского идеала, а также призвала все государства соблюдать олимпийское перемирие.

29 лет Пьер де Кубертен был бессменным президентом МОК. Он стал автором важнейшего документа - Олимпийской хартии — своде законов, по которым живет олимпийское движение.

Действующая сегодня Хартия была принята в 1991 г. и содержит основополагающие принципы, раскрывающие идеи олимпизма.

Олимпийское движение - движение общественное, международное, которое стремится укреплять сотрудничество между спортсменами всех континентов. В нем заявлено: "Никакой дискриминации в спорте - ни политической, ни религиозной, ни расовой". А это значит, что все спортсмены равны, у всех равные условия для соревнования, для победы или поражения.

"Олимпизм представляет собой философию жизни, возвышающую и объединяющую в сбалансированное целое достоинства тела, воли и разума". Цель олимпийского движения - сделать так, чтобы спорт служил гармоничному развитию человека.

Ведущей организацией всего олимпийского движения является МОК — Международный олимпийский комитет, международная неправительственная организация. Его задача - руководить олимпийским движением в строгом соответствии с Олимпийской хартией.

В 1894 г. на Парижском олимпийском конгрессе, когда был учрежден МОК, Пьер де Кубертен предложил основным принципом избрания члена МОК не представителей страны, а представителей МОК в своих странах, что делало этот орган совершенно независимым ни от своих правительств, ни от их спортивных организаций. Этот принцип позволил МОК выжить в самых критических ситуациях. А их было довольно много. Это и вмешательство политики в спорт, бойкоты Олимпийских игр, невозможность их проведения из-за первой и второй мировых войн и др.

Возглавляет МОК президент, избранный на сессии, которая проводится не реже одного раза в год. До Пьера де Кубертена первым президентом МОК по его же предложению был избран грек Деметриус Викелас. После Кубертена президентами были граф Бэ-Латур (Бельгия, 1925-1942 гг.), 3. Эдстрем (Швеция, 1942-1952 гг.), Э. Брендедж (США, 1952-1972 гг.), лорд Килланин (Ирландия, 1972-1980 гг.).

Седьмым президентом, избранным на сессии в Москве 22 года назад, стал испанец Х.А. Самаранч, совершивший подлинную революцию в современном олимпийском движении. На свой пост он избирался четыре раза. В последующем, начиная с 2001 г., президент МОК будет избираться на четыре года с правом переизбрания максимум еще на один четырехлетний срок. Такое правило вступило в силу в июле в Москве на 112-й

В своей работе МОК опирается на комиссии по отдельным направлениям деятельности: комиссия по культуре и олимпийскому образованию, комиссия по средствам массовой информации, комиссия атлетов, финансовая комиссия и др. Кроме членов МОК в состав этих комиссий назначаются представители международных спортивных федераций, национальных олимпийских комитетов, а также видные спортивные эксперты как индивидуальные члены этих комиссий.

Летние виды спорта



ЛЕТНИЕ ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ

№	Летние ОИ	Дата	Участники	Страны	Виды спорта
XXXIII	2024 ПАРИЖ				
XXXII	2020(2021) ТОКИО	23.07 / 08.08.2021	12500	205	33
XXXI	2016 РИО-ДЕ-ЖАНЕЙРО	05.08 / 21.08.2016	10500	205	33
XXX	2012 ЛОНДОН	27.07 / 12.08.2012	10919	205	33
XXIX	2008 ПЕКИН	08.08 / 24.08.2008	10903	204	34
XXVIII	2004 АФИНЫ	13.08 / 29.08.2004	10558	201	34
XXVII	2000 СИДНЕЙ	15.09 / 01.10.2000	10647	200	34
XXVI	1996 АТЛАНТА	19.07 / 04.08.1996	10329	197	31
XXV	1992 БАРСЕЛОНА	25.07 / 09.08.1992	9385	169	29
XXIV	1988 СЕУЛ	17.09 / 02.10.1988	8453	159	27
XXIII	1984 ЛОС АНДЖЕЛЕС	28.07 / 12.08.1984	6794	140	25
XXII	1980 МОСКВА	19.07 / 03.08.1980	5253	80	23
XXI	1976 МОНРЕАЛЬ	17.07 / 01.08.1976	6071	92	23
XX	1972 МЮНХЕН	26.08 / 11.09.1972	7113	121	23
XIX	1968 МЕХИКО	12.10 / 27.10.1968	5553	112	20
XVIII	1964 ТОКИО	11.10 / 24.10.1964	5136	93	21
XVII	1960 РИМ	25.08 / 11.09.1960	5349	83	19
XVI	1956 МЕЛЬБУРН	22.11 / 08.12.1956	3345	67	18
XV	1952 ХЕЛЬСИНКИ	14.07 / 03.08.1952	4931	69	19
XIV	1948 ЛОНДОН	29.07 / 14.08.1948	4369	59	19
XI	1936 БЕРЛИН	01.08 / 16.08.1936	3955	49	21
X	1932 ЛОС АНДЖЕЛЕС	30.07 / 14.08.1932	1329	37	16
IX	1928 АМСТЕРДАМ	17.05 / 12.08.1928	2868	46	16
VIII	1924 ПАРИЖ	05.07 / 27.07.1924	3066	44	19
VII	1920 АНТВЕРПЕН	14.08 / 30.08.1920	2675	29	24
V	1912 СТОКГОЛЬМ	05.05 / 27.07.1912	2409	27	16
IV	1908 ЛОНДОН	27.04 / 31.10.1908	2024	22	24
III	1904 СЕНТ ЛУИС	14.05 / 23.11.1904	649	13	18
II	1900 ПАРИЖ	14.05 / 28.10.1900	1218	28	20
I	1896 АФИНЫ	06.04 / 15.04.1896	246	12	9

ЗИМНИЕ ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ

№	Зимние ОИ	Дата	Участники	Страны	Виды спорта
XXIV	<u>2022 ПЕКИН</u>				
XXIII	<u>2018 ПХЁНЧХАН</u>	09.02 / 25.02.2018	2952	92	15
XXII	<u>2014 СОЧИ</u>	07.02 / 23.02.2014	2876	88	15
XXI	<u>2010 ВАНКУВЕР</u>	12.02 / 28.02.2010	2536	82	15
XX	<u>2006 ТУРИН</u>	11.02 / 26.02.2006	2494	79	15
XIX	<u>2002 СОЛТ ЛЕЙК СИТИ</u>	08.02 / 24.02.2002	2399	77	15
XVIII	<u>1998 НАГАНО</u>	07.02 / 22.02.1998	2180	72	14
XVII	<u>1994 ЛИЛЛЕХАММЕР</u>	12.02 / 27.02.1994	1738	67	12
XVI	<u>1992 АЛЬБЕРВИЛЬ</u>	08.02 / 23.02.1992	1801	64	12
XV	<u>1988 КАЛГАРИ</u>	13.02 / 28.02.1988	1425	57	10
XIV	<u>1984 САРАЕВО</u>	08.02 / 19.02.1984	1273	49	10
XIII	<u>1980 ЛЕЙК ПЛЭСИД</u>	13.02 / 24.02.1980	1072	37	10
XII	<u>1976 ИНСБРУК</u>	04.02 / 15.02.1976	1129	37	10
XI	<u>1972 САППОРО</u>	03.02 / 13.02.1972	1008	35	10
X	<u>1968 ГРЕНОБЛЬ</u>	05.02 / 18.02.1968	1158	37	10
IX	<u>1964 ИНСБРУК</u>	27.01 / 09.02.1964	1094	36	10
VIII	<u>1960 СКВО ВЕЛЛИ</u>	19.02 / 28.02.1960	665	30	8
VII	<u>1956 КОРТИНА Д'АМПЕЦЦО</u>	26.01 / 05.02.1956	821	32	8
VI	<u>1952 ОСЛО</u>	14.02 / 25.02.1952	693	30	8
V	<u>1948 САНКТ МОРИТЦ</u>	30.01 / 08.02.1948	668	28	9
IV	<u>1936 ГАРМИШ ПАРТЕНКИРХЕН</u>	06.02 / 16.02.1936	668	28	8
III	<u>1932 ЛЕЙК ПЛЕСИД</u>	04.02 / 15.02.1932	252	17	7
II	<u>1928 САНКТ МОРИТЦ</u>	11.02 / 19.02.1928	464	25	8
I	<u>1924 ШАМОНИ</u>	24.01 / 05.02.1924	301	16	9

Национальный олимпийский комитет — НОК — развивает и защищает олимпийское движение в своей стране при неукоснительном соблюдении Олимпийской хартии. Только он может представлять свою страну на Олимпийских играх и на всех соревнованиях, которые проходят под покровительством МОК. Только он может выбрать в своей стране город, который подаст заявку в МОК на проведение будущих Игр. Право проведения Игр предоставляется городу, а не стране.

В современной истории спорта, как и в древние века, счет ведут на олимпиады - **четырёхлетия между Олимпийскими играми**, первым годом которых считаются летние Олимпийские игры.

Три пропуска в таблице в 1916, 1940 и 1944 гг. - свидетельство того, что Игры олимпиад не праздновались из-за первой и второй мировых войн. Однако порядковые номера Олимпийских игр (6-е, 12-е и 13-е) сохранялись в соответствии с числом олимпиад, как это было установлено международным Олимпийским комитетом. **Перенос Игр в 2020 г** на следующий год связан с пандемией коронавируса COVID-19, о чём 24 марта 2020 года объявил Международный олимпийский комитет. При этом Игры сохраняют приставку «2020» в маркетинговых целях. Это будут первые Олимпийские игры, которые в связи с чрезвычайными обстоятельствами были перенесены, а не отменены, а также первые в истории Олимпийские игры, которые пройдут в нечётный год.

Олимпийские игры вписали в историю имена сотен и тысяч выдающихся спортсменов всего мира. Самые сильные из них как физически, так и духовно получают высокое звание победителя Олимпийских игр. Это звание отличается от звания чемпиона мира, так же как игры отличаются тем, что это не просто сумма чемпионатов мира, проводимых в одно и то же время, а это праздник спорта, мира, человеческого духа, технического прогресса, достижений науки и культуры. Весь мир знает такие имена наших выдающихся спортсменов, чемпионов Олимпийских игр, как: В. Васин (прыжки в воду), Л. Латынина (спортивная гимнастика), А. Карелин (классическая борьба), В. Санеев (легкая атлетика), Л. Скобликова (конькобежный спорт), Г. Горохова (фехтование), В. Сальников (плавание), Л. Яшин (футбол), С. Белов (баскетбол), Т. Сарычева (волейбол) и др.

С приходом телевидения Олимпийские игры стали доступны всему миру. Если на Играх в Берлине (1936 г.), в Лондоне (1948 г.), в Хельсинки (1952 г.) Игры смотрели несколько сотен жителей только этих олимпийских столиц, то начиная с Игр в Риме (1960 г.) их начали смотреть в десятках стран. А последние игры XXVII Олимпиады в Сиднее (2000 г.) смотрели жители более 220 стран. Олимпийские игры фактически пришли в каждый дом цивилизованного мира и стали глобальным зрелищем.

Это совершенно изменило характер Олимпийских игр и характер всего современного спорта. Продажа прав на телевизионную трансляцию Олимпийских игр стала приносить огромные доходы как владельцам Олимпийских игр - Международному олимпийскому комитету, хозяевам Олимпийских игр - Оргкомитетам городов, проводящим игры, так и теле-радиокорпорациям, хозяевам трансляций.

С целью развития олимпийского движения МОК разработал программу спонсорской помощи за счет продажи права использования олимпийской символики. Каждые четыре года эта программа обновляется, и в 2000 г. доход от нее составил 550 млн долларов США. Так, в частности, МОК выделяет большие средства спортсменам стран так называемого третьего мира в виде специальных стипендий талантливым спортсменам бедных стран Африки, Азии и Латинской Америки на приобретение им спортивно-технического инвентаря и оборудования, на оплату приглашенных в эти страны высококвалифицированных тренеров и строительство спортивных сооружений.

Спортсмены-олимпийцы никакого материального вознаграждения непосредственно из этих денег не получают, но сейчас в большинстве стран принято выдавать премии за золотые, серебряные и бронзовые награды из денежных средств Национальных Олимпийских комитетов, спортивных и даже правительственных организаций страны, и порой эти суммы значительны. Например, каждый победитель Олимпийских игр в Сеуле - кореец получил вознаграждение до 1 млн долларов, а также пожизненную пенсию.

Коммерциализация олимпийского и международного спорта в целом, допуск на Олимпийские игры не только любителей, но и профессионалов (1988 г. - теннис, 1992 г. - баскетбол и т.д.) породили целую систему так называемых коммерческих соревнований: Кубок мира по легкой атлетике, лыжным гонкам и другим видам спорта. Все это вылилось в свою противоположность - использование допинга и анаболических средств в целях достижения высоких результатов, что противоречит идеалам и принципам олимпизма.

Так как Олимпийские игры стали приносить большие доходы городам-участникам Игр, то с каждым годом растет конкуренция и усиливается борьба за получение права провести Олимпийские игры. Так, лишь на Игры 2008 г. заявки подали 11 городов. После долгого отбора МОК оставил пять претендентов: Пекин, Париж, Стамбул, Торонто, Осака. Победитель был выбран в июле 2001 г. на 112-й сессии МОК в Москве. Олимпийские игры 2008 г. будут праздноваться в Пекине.

Выбор олимпийских городов породил коррупцию среди некоторых членов МОК, что в конце 1998 г. выразилось в кризисе этой организации. Шесть человек, уличенных в неэтичном поведении, были лишены высокой чести быть членом МОК, а четверо

самостоятельно подали в отставку. После этого была образована специальная комиссия по этике. Были ужесточены правила отбора и выбора городов-кандидатов, избрания самих членов МОК. На сегодняшний день их 126.

В истории современных Олимпийских игр кроме летних существуют и зимние Олимпийские игры. В 1924 г. во французском местечке Шамони проходила Международная спортивная неделя по случаю VIII Олимпиады. Этот спортивный форум решено было считать I зимними Олимпийскими играми.

Постановление же МОК о проведении зимних Олимпийских игр было принято в 1925 г. Зимние Олимпийские игры проводились также раз в четыре года, в те же года, что и игры олимпиад. Однако, по предложению президента МОК Самаранча, начиная с 1994 г. сроки проведения Игр олимпиад и зимних Олимпийских игр были "разведены". Игры олимпиад по-прежнему проводятся в високосные годы, а олимпийские зимние игры - спустя два года после них, также раз в четыре года.

Последние XXIII зимние Олимпийские игры состоялись в феврале 2018 на олимпийских объектах, расположенных в уезде [Пхёнчхан](#) провинции [Канвондо, Республика Корея](#).

Кроме Олимпийских игр под патронажем МОК проводятся игры инвалидов, которые называются "Параолимпийские игры" (с 1984 г.). Они проводятся там же, где и Олимпийские игры, через две недели после их окончания. Проводятся также специальные Олимпийские игры для умственно отсталых детей.

В 1998 г. под патронажем МОК проводились Всемирные юношеские игры, которые, по существу, явились Олимпийскими играми для подрастающего поколения. Первые такие Игры прошли в Москве.

Под патронажем МОК также проводятся олимпийские дни молодежи Европы (каждые два года) и ряд других комплексных международных состязаний, отвечающих духу олимпизма - философии олимпийского движения.

Олимпийская символика

Олимпийская символика — атрибуты **олимпийских игр**, используемые международным **олимпийским** комитетом для продвижения идеи **олимпийского** движения во всём мире.

Как и любое другое общественное движение, олимпийское движение имеет свои знаки, символы, награды.

Современный олимпийский символ - пять переплетенных колец: слева направо - три верхних: синее, черное, красное, внизу - желтое и зеленое. Они олицетворяют единство спортсменов пяти континентов земного шара.

Олимпийский девиз: "Ситиус, алтиус, фортиус" ("Быстрее, выше, сильнее").

Эмблема МОК - олимпийские кольца с девизом: "Быстрее, выше, сильнее".

Каждый НОК имеет свою эмблему, обязательной основой которой являются пять олимпийских колец.

Олимпийский флаг - белое атласное полотнище размером 2х3 м, пять олимпийских колец.

Олимпийский огонь - зажигается на стадионе во время празднования торжественной церемонии открытия Игр от священного огня, доставленного из Греции с почестями. Он горит в течение всех игр.

Олимпийская клятва - это клятва спортсменов и клятва судей бороться честно и судить честно.

Впервые на Играх в Мехико (1968 г.) появился **талисман игр** - ягуар. Новый олимпийский обычай сразу всем понравился, и с тех пор на каждой игре объявляют талисман той страны, где проходят Олимпийские игры. Во время игр XX Олимпиады в Москве талисманом был мишка.

Если в Древней Греции победители увенчивались лавровым венком, то современные спортсмены за победу на Олимпийских играх награждаются медалями: за 1-е место - золотой, за 2-е - серебряной, за 3-е - бронзовой.

Дипломы, а также памятные медали вручают всем участникам Игр и официальным лицам команд.

С недавнего времени победителям и призерам Олимпийских соревнований стали вручать и нагрудные знаки.

Существует также Олимпийский орден (золотой и серебряный) - высокая награда, которую вручают за вклад в олимпийское движение.

ТЕРМИНОЛОГИЯ

1. **Физическая культура** - как составная часть общей культуры человека в условиях первобытного строя возникла на основе трудовой деятельности.
2. **Спорт** - это составная часть физической культуры, исторически сложившаяся в форме соревновательной деятельности и специальной практики подготовки человека к соревнованиям.
3. Уровень развития основных физических качеств (сила, гибкость и др.) для овладения новыми движениями **физическая подготовленность**.
4. Результатом физической подготовки является **физическая подготовленность**.
5. Физическое воспитание, направленное на подготовку человека к определенному роду деятельности с ярко выраженным прикладным направлением (это процесс, обеспечивающий совершенствование двигательных способностей, необходимых в жизни) **физическая подготовка**.
6. **Общая физическая подготовка** направлена на повышение уровня физического развития, широкой двигательной подготовленности как предпосылок успеха в различных видах деятельности.
7. **Специальная физическая подготовка** — это специализированный процесс физического воспитания, содействующий успеху в конкретном виде деятельности (вид профессии, спорта и др.), предъявляющий специальные требования к развитию двигательных способностей человека.
8. **Здоровье** - это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических недостатков.
9. **Осанкой называется** - привычная поза человека в вертикальном положении.
10. Способность человека выполнять большой объем физической работы на заданном уровне эффективности за определённый промежуток времени **физическая работоспособность**.
11. Системное освоение человеком рациональных способов управления своими движениями, приобретение необходимого фонда двигательных умений и навыков и связанных с ними знаний **физкультурное образование**.
12. Педагогический процесс, направленный на обучение движениям, воспитание физических качеств, воспитание морально – волевых качеств и овладение специальными физкультурными знаниями. (Педагогический процесс, направленный на приобретение запаса жизненно важных двигательных умений и навыков, на разностороннее развитие физических способностей, на улучшение форм тела) **физическое воспитание**.

13. Педагогический процесс, направленный на формирование здорового, физически и духовно совершенного, морально стойкого подрастающего поколения, укрепление здоровья, повышение работоспособности, творческого долголетия и продления жизни человека **физическое воспитание.**
14. Педагогически организованный процесс развития физических качеств, обучение двигательным действиям и формирования специальных физкультурных знаний **физическое воспитание.**
15. Педагогический процесс, направленный на формирование здорового, физически и духовно совершенного, морально стойкого подрастающего поколения, укрепление здоровья, повышение работоспособности, творческого долголетия и продления жизни человека **физическое воспитание.**
16. Процесс изменения форм и функций организма либо под воздействием естественных условий, (питания, труда, быта), либо под воздействием целенаправленного использования специальных физических упражнений называется **физическое развитие.**
17. Процесс изменения естественных морфофункциональных свойств организма человека в течение индивидуальной жизни **физическое развитие.**
18. Процесс физического образования и воспитания, выражающий высокую степень физической подготовленности к жизни, труду и защите Родины -**физическое совершенство.**
19. Основное и специфическое средство формирования физической культуры личности - **физическое упражнение.**
20. Процесс, направленный на воспитание двигательных качеств, способностей, необходимых в жизни и спортивной деятельности принято называть **физической подготовкой.**
21. Процесс формирования двигательных навыков и развития физических способностей (качеств), необходимых в конкретной профессиональной или спортивной деятельности называется **физическая подготовка.**
22. Системное освоение человеком рациональных способов управления своими движениями, приобретение необходимого фонда двигательных умений и навыков и связанных с ними знаний **физкультурное образование.**
23. Способ организационного построения и управления процессом занятия **форма занятия.**
24. Метод организации деятельности занимающихся, когда все выполняют одно и тоже задание **фронтальный.**

25. Кратковременные сеансы физических упражнений, вводимые в режиме дня преимущественно в качестве активного отдыха для поддержания работоспособности человека **физ. минутки и физ. паузы.**
26. Процесс физического образования и воспитания, выражающий высокую степень развития индивидуальных физических способностей соответствующих требованиям жизни **физическое совершенство.**
27. Способ существования и организации физической культуры **форма физической культуры.**
28. Что относится к средствам физического воспитания? **Физические упражнения, естественные силы природы, гигиенические факторы.**
29. **Физические упражнения** – это такие двигательные действия (включая их совокупности), которые направлены на реализацию задач физического воспитания, сформированы и организованы по его закономерностям.
30. Под методами физического воспитания понимаются **способы применения физических упражнений.**
31. К специфическим методам физического воспитания относятся **методы строго регламентированного упражнения, игровой и соревновательный методы.**
32. Педагогический процесс, направленный на системное освоение рациональных способов управления своими движениями, приобретение необходимых двигательных навыков, умений, а также связанных с этим процессом знаний, называется **физическим образованием.**
33. Вид воспитания, специфическим содержанием которого являются обучение движениям, воспитание физических качеств, овладение специальными физкультурными знаниями и формирование осознанной потребности в физкультурных занятиях, называется: **физическим воспитанием.**
34. **Физические качества** – это: врожденные (унаследованные генетически) морфофункциональные качества, благодаря которым возможна физическая (материально выраженная) активность человека, получающая своё полное проявление в целесообразной двигательной деятельности.
35. **Физическая нагрузка** - это определенная мера влияния физических упражнений на организм занимающихся.
36. **Доза нагрузки** - это определенная ее величина, измеряемая объемом и интенсивностью. Дозировать нагрузку — значит строго регламентировать ее объем и интенсивность.

37. **Объем нагрузки** - определяется количеством выполненных упражнений, затратами времени на занятия, километражем преодоленного расстояния (дистанции) и др.
38. **Интенсивность нагрузки** - характеризуется показателями темпа и скорости движений, ускорения, величиной частоты сердечных сокращений и др.
39. Число движений в единицу времени характеризует: **темп движений**.
40. Как соотносятся объем и интенсивность физической нагрузки? **Чем больше объем, тем меньше интенсивность**.
41. Что значит дозировать физическую нагрузку? **Строго регламентировать ее объем и интенсивность**.
42. Ответ заранее известным движением на заранее известный сигнал (зрительный, слуховой, тактильный) называется: **простой двигательной реакцией**.
43. Уровень развития основных физических качеств (сила, гибкость и др.) для овладения новыми движениями **физическая подготовленность**.
44. Физическое воспитание, направленное на подготовку человека к определенному роду деятельности с ярко выраженным прикладным направлением (это процесс, обеспечивающий совершенствование двигательных способностей, необходимых в жизни) **физическая подготовка**.
45. Способность длительно выполнять работу умеренной интенсивности при глобальном функционировании мышечной системы называется: **общей выносливостью**.
46. Способность противостоять физическому утомлению в процессе мышечной деятельности называется **выносливостью**.
47. Способность как можно дольше удерживать достигнутую максимальную скорость называется **скоростной выносливостью**.
48. Способность выполнять движения с большой амплитудой называется: **гибкостью**.
49. **Под пассивной гибкостью** понимают: способность выполнять движения под воздействием внешних растягивающих сил (усилий партнера, внешнего отягощения, специальных приспособлений и т.п.).
50. Способность выполнять движения с большой амплитудой за счет собственной активности соответствующих мышц называется **активной гибкостью**.
51. В качестве средств развития гибкости используют: **упражнения на растягивание**.
52. Гибкость, характеризующаяся амплитудой движений, соответствующей технике конкретного двигательного действия, называется **специальной гибкостью**.
53. При воспитании гибкости, чем меньше возраст, тем больше в объеме должна быть доля: **пассивных упражнений**.

54. Какое из физических качеств, при чрезмерном его развитии отрицательно влияет на гибкость? **Сила.**
55. **Относительная сила** – это: сила, проявляемая человеком в пересчете на 1 кг собственного веса.
56. **Абсолютная сила** – это максимальная сила, проявляемая человеком в каком-либо движении, независимо от массы его тела.
57. **Ловкость** - это способность осваивать и выполнять сложные двигательные действия, быстро их перестраивать в соответствии с изменяющимися условиями.
58. Возможности человека, обеспечивающие ему выполнение двигательных действий в минимальный для данных условий промежуток времени, называются **скоростными способностями.**
59. Способность человека совершать двигательные действия в минимальный отрезок времени называется **быстрота.**
60. Движение (перемещение тела и его звеньев), выполняемое с определённой целью **двигательные действия.**
61. Степень владения техникой действия, при которой управление движениями происходит автоматизированно и действия отличаются высокой надёжностью **двигательный навык.**
62. Степень владения техникой действия, отличающаяся повышенной концентрацией внимания на составные операции и нестабильными способами решения двигательной задачи **двигательное умение.**
63. Способы применения физических упражнений **методы физического воспитания.** Система средств и методов, форм организации занятий, направленных на достижение определенных результатов **методика.**
64. Что относится к урочным формам физического воспитания? **Урок физической культуры, спортивно-тренировочное занятие.**
65. Из каких частей состоит структура урока физической культуры? **Подготовительная, основная, заключительная.**
66. Основная форма организации занятий физическими упражнениями в общеобразовательной школе: **урок физической культуры.**
67. Отношение педагогически оправданных (рациональных) затрат времени к общей продолжительности урока называется: **общей плотностью урока.**
68. Отношение времени, использованного непосредственно на двигательную деятельность учащихся, к общей продолжительности урока называется: **моторной плотностью урока.**

69. В рамках школьного урока физической культуры основная часть обычно длится: **25–30 мин.**
70. Длительность урока физической культуры в общеобразовательной школе составляет: **40 – 45 мин.**
71. Какие задачи решаются на уроках физической культуры в общеобразовательной школе: **образовательные, воспитательные, оздоровительные.**
72. Как называется метод организации деятельности занимающихся на уроке, при котором весь класс выполняет одно и то же задание учителя физической культуры: **фронтальный.**
73. Какие методы организации деятельности занимающихся в практике физического воспитания относятся к основным? **Фронтальный, групповой, индивидуальный, круговой.**
74. Какие три функционально связанные составные части выделяют в структуре занятий физическими упражнениями? **Подготовительную, основную, заключительную.**
75. Кто осуществляет организацию и проведение внутришкольных соревнований? **Учитель физкультуры.**
76. **Самоконтроль** - это регулярные наблюдения занимающегося за состоянием своего здоровья, физическим развитием, физической подготовленностью, их изменением под влиянием регулярных занятий физическими упражнениями и спортом.
77. **Настойчивость** – стремление достичь намеченной цели, энергичное, активное преодоление препятствий на пути к достижению цели.
78. **Решительность** - способность своевременно принимать обоснованные и устойчивые решения, без лишних задержек переходить к их выполнению.
79. **Смелость** - готовность человека идти к достижению цели, несмотря на опасности, ущемляя личное благополучие, преодолевая невзгоды, страдания, лишения.
80. **Храбрость** - отсутствие страха перед опасностью, мужество и решительность в поступках.
81. **Самообладание** - волевое качество, проявляющееся в умении не теряться в трудных ситуациях и управлять своими действиями и эмоциями.
82. **Сознательность** – это способность человека правильно разбираться в объективных закономерностях, понимать их и в соответствии с ними осуществлять свою деятельность.
83. **Активность** – это мера или величина проявляемой человеком деятельности, степень его включения в работу.

84. **Предстартовое состояние** – это психическое состояние спортсмена, возникающее непосредственно перед выступлением в соревнованиях.
85. **Стресс** - состояния психической напряжённости, возникающей под влиянием сильных раздражителей.
86. **Врабатывание** – состояние, возникающее в начальный период работы, при котором происходит переход функций организма и обмен веществ от уровня покоя до уровня, необходимого для выполнения данной работы.
87. **Дисциплинированность** - сознательное подчинение своего поведения общественным правилам.
88. **Самочувствие** - субъективное ощущение состояния своего здоровья, физических и духовных сил.
89. **Воля** — это сознательная саморегуляция человеком своей деятельности, обеспечивающая преодоление препятствий и трудностей на пути к цели.
90. **Инициативность**- выражает стремление первым начать какое-нибудь дело.
91. **Выдержка** - самообладание характеризует способность постоянно контролировать свое поведение.
92. **Самостоятельность** - подчеркивает подчинение поведения собственным взглядам и убеждениям.
93. **Целеустремленность** - выражает подчинение человеком своего поведения устойчивой жизненной цели, готовность и решимость отдать все силы и способности для ее достижения.
94. **Ценностные ориентации** - предпочтение или отвержение определенных смыслов и построенных на их основе способов поведения.
95. **Интегральная подготовка** - это процесс объединения всех видов подготовки спортсмена в единую систему для реализации стратегических задач индивидуальной или командной спортивной борьбы.
96. **Лабильность** - скорость протекания процессов возбуждения в нервных и мышечных клетках.
97. **Подвижность нервных процессов** – скорость смены в коре больших полушарий возбуждения торможением и наоборот.
98. **Пропускная способность мозга** – количество перерабатываемой информации за единицу времени.
99. **Экстраполяция** – способность предвидеть возможные действия со стороны соперника, снаряда.
100. **Идеомоторная тренировка** – мысленное выполнение действий.

БОЛЬШАЯ ОЛИМПИЙСКАЯ ВИКТОРИНА

- ❓ Родиной Олимпийских игр считается?
(Греция.)
- ❓ Игры в Древней Греции проводились?
(На Пелопоннесском полуострове, в городе Олимпии, у подножия горы Олимп.)
- ❓ Первые Олимпийские игры когда состоялись?
(В 776 г. до н. э.)
- ❓ В чью честь проводились Игры?
(В честь Зевса, верховного бога в греческой мифологии.)
- ❓ Данное греческое женское имя тесно связано со спортом, а его уменьшительный вариант – дерево. Назовите оба варианта.
(Олимпиада, Липа.)
- ❓ Как переводится на греческий язык «дочь Олимпа».
(Олимпиада.)
- ❓ От какого события вели летоисчисление древние греки, тогда как древние римляне вели отсчёт годам от основания Рима, христиане – от рождения Христова.
(От первой Олимпиады.)
- ❓ В каких видах соревновались древние олимпийцы?
(Пятиборье, или пентатлон: бег, прыжки в длину, метание копья и диска, борьба. Позже появился кулачный бой, а также гонки на колесницах, забег на марафонскую дистанцию в полном боевом вооружении, состязания поэтов и музыкантов.)
- ❓ Пентатлон – пятиборье древнегреческих Олимпиад, проводился в следующем порядке: бег, прыжки в длину, метание диска... А какие соревнования проводились в финале?
(Борьба.)
- ❓ Во время войн древние греки использовали его для сообщения осажденному городу условий капитуляции. За это он еще тогда был введен в программу олимпиад. О чем идет речь?
(О спортивном снаряде – диске.)
- ❓ Во время ежегодных праздников бога Ра египтяне устраивали соревнования, которые позже пришлись по вкусу как грекам, так и римлянам. Основное содержание этих соревнований не изменилось и в наше время. Этот спорт в начале века входил в программу Олимпиад. Что это за спорт, где существует групповое взвешивание?
(Перетягивание каната.)

- ❓ Почему античные Олимпийские игры называли праздниками мира?
(Так как даже если шли войны, то их прекращали на время игр – «Священное перемирие».)
- ❓ Во время Олимпийских игр объявлялось Священное перемирие. Нарушалось ли оно в Древней Греции?
(Да. В 36 г. до н. э. аркадийцы захватили Олимпию. Греки, разгневавшись, надолго запретили им участвовать в Играх.)
- ❓ Кто имел право участвовать в Олимпийских играх Древней Греции?
(Свободные греческие граждане при условии, что 10 месяцев они тренировались.)
- ❓ Участвовали ли женщины в состязаниях?
(Нет, позже – девушки в беге.)
- ❓ Каждый знает, что на Олимпийские игры в Древней Греции женщины не допускались. Это факт достоверный. Но в древнегреческих играх был один вид состязаний, олимпийским чемпионом в котором могла стать женщина. В каком виде состязаний древнегреческих олимпиад победителем могла быть объявлена женщина?
(В гонках колесниц победителем объявлялся не ведущий колесницу, а хозяин коней, которым могла быть и женщина.)
- ❓ В какое время года и с какой периодичностью проводились Игры?
(Каждые четыре года, между жатвой и сбором винограда.)
- ❓ Какая разница между олимпиадами и Олимпийскими играми?
(Олимпиада – период 4 лет, первый год – високосный. Счет с 1896 г. Олимпийские игры – период проведения состязаний – проходят в первом году.)
- ❓ Каково происхождение слова «стадион»?
(Это греческое слово означает площадку для состязаний длиной в один стадий. Стадий – единица измерения у многих древних народов.)
- ❓ В Элладе соревновались в беге на один стадий. Дистанцию, по преданию, бегунам размечал сам Геракл. Чем он отмерял расстояние?
(Ступнями: стадий приблизительно равен 600 ступням, или 192 м 27 см.)
- ❓ Какой награды удостоивался победитель состязаний в Олимпии?
(Венок из ветвей священного оливкового дерева, честь, почет. Им воздвигали статуи, чеканили монеты.)
- ❓ Как называли победителя Игр в Древней Греции?
(Олимпионик.)
- ❓ Как назывались судьи и распорядители Игр в Древней Греции?
(Элладоники.)

❓ Правила каких спортивных игр, по преданию, учредил Ликург Спартанский?

(Олимпийских.)

❓ По словам Аристотеля, в 480 году до нашей эры олимпионик Анаксилас впервые в истории Олимпиад приказал изготовить именно их. Что же?

(Монеты, посвящённые Олимпийским играм.)

❓ История донесла до нас имя победителя Игр 776 г. до н. э. – быстрого поваря из Элиды. С этого имени начинается история олимпийского движения. Назовите его.

(Норэб, иначе Кораибос.)

❓ Какой вид спорта был включён в программу Олимпиад из-за легенды о смерти его основоположника?

(Марафонский бег.)

❓ В каком виде бега на первой Афинской Олимпиаде победил грек Спирос Луис?

(Марафон.)

❓ Олимпийским чемпионом по гимнастике на первой олимпиаде стал грек Николаос Андриакопулос. В каком упражнении он отличился?

(В лазании по канату.)

❓ Видное место в греческих мифах занимает покровитель олимпиад Аполлон. Утверждается, что он был участником Олимпийских игр, во время которых сумел победить Гермеса и Ареса. А в каком виде спорта он состязался с Гермесом и в каком – с Аресом?

(В беге – с Гермесом и в кулачном бою – с Аресом.)

❓ Когда римский император, известный своей жестокостью, пожелал лично участвовать в состязаниях, на старт гонки колесниц он выехал в гордом одиночестве. Никто из атлетов не составил ему конкуренцию, дабы понапрасну не рисковать жизнью. Дважды упав, он все же приехал к финишу и был увенчан олимпийским лавровым венком. Кто это?

(Нерон.)

❓ Кто из знаменитых людей Древней Греции принимал участие в Играх?
(«Отец медицины» Гиппократ, философы Сократ и Платон, драматурги Софокл и Еврипид, математик и философ Пифагор.)

❓ Математик и философ с острова Самос, который оставил в «наследство» школьникам всего мира свою знаменитую теорему, был увенчан на Играх лавровым венком чемпиона по кулачному бою. Назовите его.

(Пифагор.)

❓ В каком веке возродились Олимпийские игры?

(В 19-м.)

❓ За что был удостоен олимпийской награды знаменитый греческий ученый историк Геродот?
(За выступление в конкурсе искусств, которые были составной частью Олимпийских игр.)

❓ На острове Родос проживала династия олимпийцев. Глава семьи, его сыновья и внуки выступали на Олимпийских играх более 80 лет, приняли участие в 12 Играх, завоевали для своего острова девять лавровых венков. Вспомните имя основателя династии.
(Диагор.)

❓ Как известно, все Олимпиады в древние времена проходили в Греции, за исключением одной – 175-й в 80 г. до н.э. Назовите город проведения этой Олимпиады.
(По приказу консула Суллы Олимпиада проходила в Риме.)

❓ Назовите имя римского императора-христианина, запретившего в 394 г. н. э. Олимпийские игры как «языческие».
(Феодосий Великий.)

❓ Кто выступил с предложением возродить Олимпийские игры?
(Французский общественный деятель барон Пьер де Кубертен.)

❓ Когда и где были проведены первые Олимпийские игры современности?
(В 1896 г. в Афинах.)

❓ На лицевой стороне медали – фигура богини победы, в вытянутой правой руке – лавровый венок, в левой – скипетр, рядом птица Феникс, символизирующая возрождение... Чего?
(Олимпийских игр, дано описание медали I Олимпиады.)

❓ Назовите первого олимпийского чемпиона современности.
(Американский легкоатлет Джеймс Конноли; его результат в тройном прыжке – 13 м 71 см.)

❓ На первой Олимпиаде в 1896 г. велосипедисты состязались в гонке на 87 километров по маршруту Афины – *** – Афины. Так где же они поворачивали?
(В Марафоне. А потому эту дистанцию прозвали марафонской.)

❓ Из скольких слов состоит олимпийский девиз?
(Из трёх.)

❓ Вспомните дословно девиз Олимпийских игр.
(«Быстрее, выше, сильнее».)

❓ Кто автор олимпийского девиза?
(Пьер де Кубертен и Дидон.)

❓ Прочитайте главные слова знаменитой «Оды спорту» Пьера де Кубертена.

(«О спорт, ты – мир!»)

❓ Кому, согласно Олимпийской хартии, предоставляется честь организации Олимпийских игр: городу или стране?

(Городу. Кандидатура города должна быть поддержана правительством страны.)

❓ Назовите древнегреческий город, который по традиции является начальным пунктом эстафеты Олимпийского огня.

(Олимпия.)

❓ Как зажигают олимпийский факел?

(На факел направляют пучок солнечных лучей, собранных при помощи системы линз и отражателей.)

❓ На каких играх современности впервые зажгли олимпийский огонь?

(На IX Олимпийских играх в Амстердаме в 1928 году.)

❓ Каких птиц традиционно выпускают на открытии Олимпийских игр?

(Голубей.)

❓ Во время открытия Олимпийских игр один из выдающихся спортсменов страны-хозяйки произносит речь от имени всех участников Игр. Что это за речь?

(Олимпийская клятва.)

❓ Впервые олимпийская клятва была произнесена на VII Олимпийских играх в Антверпене в 1920 году. Там же впервые совершили ритуал, знакомый ныне каждому олимпийцу. Что это за ритуал?

(Поднятие олимпийского флага.)

❓ Эта церемония привычна для зрителей современных Олимпиад. Однако впервые она состоялась IV Олимпийских играх в Лондоне (1908 г.). О какой торжественной церемонии идёт речь?

(Прохождение команд торжественным маршем под флагами своих стран.)

❓ На открытии Олимпийских игр команды идут в порядке алфавита страны-организатора. Но впереди всегда шествует команда одной и той же страны. Какой?

(Греции.)

❓ Как называется организация, возглавляющая олимпийское движение в мире?

(Международный олимпийский комитет.)

❓ Как сокращённо называется международный руководящий орган Олимпийского движения?

(МОК – Международный Олимпийский комитет.)

- ❓ В каком городе находится штаб-квартира Международного олимпийского комитета?
(Лозанна, Швейцария.)
- ❓ Кто был инициатором создания Международной олимпийской академии?
(Пьер де Кубертен.)
- ❓ Когда и где была создана Международная олимпийская академия?
(В 1961 году в Афинах.)
- ❓ Какого цвета полотнище Олимпийского флага?
(Белого.)
- ❓ Что представляет собой олимпийский флаг?
(Белое полотнище с пятью переплетенными кольцами синего, черного, красного, зеленого и желтого цветов. Утверждён в 1914 г.)
- ❓ Верно ли, что каждое из пяти переплетенных колец символизирует определенный материк?
(Верно. Олимпийское движение имеет свою эмблему – 5 переплетенных колец: голубого – Европа, желтого – Азия, зеленого – Австралия, красного – Америка и черного – Африка цветов).
- ❓ Над каким городом впервые был поднят олимпийский флаг?
(Антверпен, Бельгия.)
- ❓ Что представляет собой олимпийская эмблема?
(Пять переплетенных колец и девиз: «Быстрее, выше, сильнее!»)
- ❓ «Олимпийское движение призвано способствовать развитию физических и моральных качеств, являющихся основой любительского спорта, воспитывать молодежь с помощью спорта в духе лучшего взаимопонимания и дружбы, способствуя таким образом созданию лучшего и более спокойного мира». Что это за текст?
(Олимпийская хартия.)
- ❓ Какие награды учреждены для победителей в олимпийских состязаниях?
(1–3-е места – медали и дипломы, 4–6-е – дипломы.)
- ❓ Последние целиком из золота олимпийские медали были отлиты в 1912 году. В Альбервиле вручались хрустальные медали. А из чего их стали изготавливать на последующих играх?
(Из серебра, покрытого тонким слоем золота.)
- ❓ За особые заслуги перед олимпийским движением Международный олимпийский комитет (МОК) награждает спортивного деятеля или спортсмена высшим знаком олимпийского почета. Как называется этот знак?
(Олимпийский орден.)

❓ Во время Олимпийских игр 1912 года в Париже по примеру древнегреческих Олимпиад был проведен конкурс искусств. Назовите произведение, удостоенное золотой медали на этом конкурсе, и его автора.
(«Ода спорту» Пьера де Кубертена.)

❓ Начиная с 1924 года к словам «Олимпийские игры» стали добавлять ещё одно то или другое слово-прилагательное. Какое?
(Летние, зимние.)

❓ В каком году прошли I зимние Олимпийские игры?
(В 1924 г., Шамони, Франция.)

❓ До какого года зимние Олимпийские игры проводились в один и тот же календарный год, что и летние?
(До 1992 года. МОК принял решение далее проводить зимние Игры в четные, но не високосные «олимпийские» годы.)

❓ Когда в Олимпийских играх стали принимать участие женщины?
(1900 г., Олимпийские игры.)

❓ В чем принципиальное отличие VI, XII и XIII Олимпиад от всех остальных?
(Они вообще не проводились из-за мировых войн – 1916, 1940, 1944 гг.)

❓ На эмблемах Олимпийских игр год обычно обозначается двумя или четырьмя цифрами. Однако известен случай, когда год был обозначен пятью цифрами. Назовите город, в котором проходила эта Олимпиада.
(Рим. 1960 было записано как MCMLX.)

❓ В какое время года проводятся Белые Олимпиады?
(Зимой.)

❓ XI зимние Олимпийские игры впервые проводились в Азии. Когда и где?
(1972 г., Саппоро, Япония.)

❓ Назовите первого российский олимпийский чемпиона, фигуриста.
(Николай Александрович Панин-Коломенкин, 1871/72– 1956, чемпион 1908 г.)

❓ Когда был создан Олимпийский комитет в нашей стране?
(В 1951 г.)

❓ В каком году советские спортсмены впервые приняли участие в Олимпийских играх?
(В 1952 г., Хельсинки, Финляндия, XV Олимпийские игры.)

❓ XXII летние Олимпийские игры состоялись в Москве. В каком году?
(В 1980 г.)

❓ Назовите талисман Олимпийских игр в Москве.
(Медвежонок Миша.)

❓ Какой стадион стал центральной ареной Олимпийских игр 1980 года в Москве?
(Лужники.)

❓ На Олимпиаде в Москве был проведен забег для всех желающих на «Олимпийскую милю». А какова была длина этой дистанции?
(1980 м. – год проведения Олимпийских игр в Москве.)

❓ Какие Олимпийские игры состоялись без участия советских спортсменов по политическим мотивам?
(XXII – летние Олимпийские игры, 1984г., Лос-Анджелес, США.)

❓ В каком году на Олимпийских играх выступала объединённая команда СНГ?
(В 1992 году.)

❓ Когда в честь побед россиян впервые на Олимпийских играх поднялось трехцветное знамя?
(1992 г., Барселона, Испания.)

❓ Каждый национальный Олимпийский комитет имеет эмблему. Как выглядит эмблема НОК России?
(Пять олимпийских колец и изображение трехцветного языка пламени.)

❓ Двукратная олимпийская чемпионка, метательница диска, завоевавшая первую золотую олимпийскую медаль в истории советского спорта.
(Нина Пономарева (Ромашкова).)

❓ Уникальная гимнастка: имеет 18 олимпийских медалей, из них девять – золотых. Кто она?
(Лариса Латынина.)

❓ Кто из наших олимпийских чемпионов по прыжкам первым преодолел высоту в два метра?
(Брумель Валерий Николаевич.)

❓ Назовите фамилию нашей девятикратно титулованной героини Инсбрука и Саппоро, результат которой не превзойден ни одним лыжником мира.
(Кулакова Галина, коллекция этой лыжницы насчитывает 56 медалей.)

❓ Впервые в истории действующая спортсменка отмечена высшей наградой нашей страны. За выдающиеся достижения в спорте, мужество и героизм ей присвоено звание Героя Российской Федерации. Кто она?
(Любовь Егорова, лыжница.)

❓ В Италии на VII Олимпийских играх в 1956 г. советские хоккеисты сумели победить родоначальников этой игры – канадцев. Вспомните имена спортсменов, завоевавших победу.
(Всеволод Бобров, Евгений Бабич, Николай Сологубов, Иван Трегубое, вратарь Николай Пучков.)

🔍 Назовите трёхкратную олимпийскую чемпионку в фигурном катании, партнершу Алексея Уланова и Александра Зайцева.
(Ирина Роднина.)

🔍 Назовите знаменитого пловца, четырехкратного олимпийского чемпиона, которого не хотели включать в олимпийскую сборную на том основании, что он «стар».
(Владимир Сальников.)

🔍 Хоккейный вратарь, трехкратный олимпийский чемпион, в 22 года признанный лучшим вратарем мира. Кто он?
(Владислав Третьяк.)

🔍 Назовите вид спорта, в котором олимпийский чемпион Юрий Власов нарушил «американское господство» и установил небывалые мировые рекорды.
(Тяжелая атлетика. Штанга.)

🔍 На олимпиаде в Мюнхене этот советский борец вольного стиля затратил на все свои победные схватки меньше времени, чем положено на одну. Назовите этого олимпийского чемпиона.
(Ярыгин Иван.)

🔍 Этому камню, найденному в Якутии, присвоили имя олимпийского чемпиона и трёхкратного чемпиона мира Павла Пинигина, борца в весовой категории до 68 килограммов. Что это за камень?
(Алмаз весом в 68 карат.)

🔍 Эта советская спортсменка является единственной женщиной в истории конькобежного спорта, которой удалось на одной Олимпиаде выиграть четыре золотые медали.
(Лидия Скобликова.)

🔍 Одну из самых редких медалей для нашей команды завоевал Владимир Белоусов. Больше в этом виде спорта нашим соотечественникам не удавалось побеждать никогда. Назовите его.
(Прыжки с трамплина.)

🔍 Когда состоялся олимпийский дебют наших синхронисток?
(Только на XXIV Олимпийских Играх в Сеуле. На Олимпийских играх в Сиднее в 2000 году и Афинах в 2004 году наши синхронистки Мария Киселёва, Ольга Брусникина, Анастасия Давыдова и Анастасия Ермакова вернулись в Россию в ранге олимпийских чемпионов. 2008 год тоже стал чемпионским.)

🔍 Сколько раз Рим был столицей Олимпийских игр?
(1)

🔍 Какая страна принимала Зимние Олимпийские игры чаще других?
(США, четыре раза: 1932, 1960, 1980, 2002).

🔍 В этом городе Олимпиада проводилась два раза. Назовите этот европейский город.

(Лондон.)

🔍 Сколько раз Олимпийские игры проводились в стране восходящего Солнца?

(3.)

🔍 В каком городе Летние Олимпийские игры прошли зимой?

(В Мельбурне, в 1956 г. Находится-то Мельбурн в Австралии, а жара у них наступает в декабре.)

🔍 Олимпийская чемпионка II, III, IV зимних Олимпийских игр, норвежская фигуристка, кинозвезда, снявшаяся в фильме «Серенада Солнечной долины».

(Соня Хени.)

🔍 По книгам какого американского олимпийского чемпиона по гребле все примерные родители всего мира воспитывают своих детей?

(По книгам доктора Бенджамена Спока.)

🔍 На Олимпийских играх в Мехико впервые появился зверь-талисман. Какое животное стало талисманом?

(Ягуар.)

🔍 Символом какой Олимпиады стал весёлый призрак Иззи?

(XXVI Олимпиада в Атланте. Была прервана традиция, начатая в Мехико. Очередным талисманом стал не зверь и не птица, а весёлый призрак.)

🔍 Впервые такой лёд для конькобежцев был опробован на Олимпиаде 1964 года в Инсбруке.

(Искусственный)

🔍 Когда в олимпийской программе появилась женская тяжёлая атлетика?

(В 2000 году на Олимпийских играх в Сеуле.)

🔍 В мире насчитывается только пять стран, не пропустивших ни одних Олимпийских игр: Франция, Швеция, Великобритания, Австралия и ... Назовите оставшуюся.

(Греция.)

🔍 Назовите континент, на котором проводились Олимпийские игры в 2000 г.

(Австралия.)

🔍 В каком городе олимпийский огонь был зажжен горячей стрелой, пущенной из лука?

(Барселона, Испания.)

🔍 Что изображено на официальной эмблеме Олимпиады 2004 года в Афинах?

(Оливковая ветвь. 28-я Олимпиада в Афинах.)

- ❓ Какой персонаж греческой мифологии изображён на медалях афинской Олимпиады-2004 года?
(Ника.)
- ❓ В каком году состоялись последние в XX столетии зимние Олимпийские игры?
(В 1998 году, XVII зимние Олимпийские игры в японском городе Нагано.)
- ❓ Когда и где состоялись первые в новом тысячелетии зимние Олимпийские игры?
(В 2002 году, в американском городе Солт-Лейк-Сити, XIX зимние Олимпийские игры.)
- ❓ Какие по счёту зимние Олимпийские игры прошли в 2006 году в Турине?
(Двадцатые.)
- ❓ Когда и во сколько в Китае открылась Олимпиада-2008?
(08.08.2008 года в 8 часов 8 минут 8 секунд.)
- ❓ Пьер де Кубертен был сначала против включения этого вида спорта в программу Олимпийских игр, но его покорила красивая легенда о смерти автора этого вида спорта. Что это за олимпийский вид спорта?
(Марафон.)
- ❓ Из биатлона, триатлона, пентатлона и decatлона только один вид спорта **не** является олимпийским. Какой?
(Триатлон.)
- ❓ Создателем какого олимпийского вида спорта считается Дзигоро Кано?
(Дзюдо.)
- ❓ Хозяевам какой Олимпиады было позволено включить дзюдо в программу Игр?
(XVIII Олимпиады в Токио, 1964 г.)
- ❓ Пятиборье впервые появилось в программе V Олимпийских игр в Стокгольме (1912 г.). С 1912 по 1948 год этот вид спорта именовался как «офицерское олимпийское пятиборье». Почему?
(Потому что в нём принимали участие только офицеры.)
- ❓ пляжная игра в программе Олимпийских игр – это...
(Волейбол.)
- ❓ Сколько раундов длится боксёрский поединок на современных Олимпийских играх?
(Четыре.)
- ❓ В каком олимпийском водном виде спорта выступают только женщины?
(Синхронное плавание.)

❓ Какая античная страна, наряду с Грецией, дала название олимпийскому виду борьбы?

(Рим. Греко-римская борьба.)

❓ Сколько метров в самой короткой легкоатлетической дистанции современных Олимпийских игр?

(100 метров.)

❓ Сколько легкоатлетов одной команды принимают участие в олимпийском эстафетном забеге?

(Четыре.)

❓ Сколько километров составляет самая длинная олимпийская лыжная дистанция?

(50 км.)

❓ Какая дистанция в олимпийском женском плавании является самой длинной?

(800 метров.)

❓ Какая олимпийская спортивная игра проводится в бассейне?

(Водное поло.)

❓ В каком олимпийском виде спорта используется сабля?

(Фехтование.)

❓ Прыгун в высоту Дик Фосбери стал олимпийским чемпионом, прыгая изобретенным им способом. С тех пор все мировые достижения в этом виде спорта были установлены только этим способом, названным «Фосбери-флоп». Что это за прыжок?

(Спиной к планке.)

❓ Чудом игр XXI Олимпиады стал прыжок в длину Боба Бимона. Этот чернокожий американец пролетел 8 м 90 см. Сколько лет продержался небывалый мировой рекорд?

(Почти четверть века: до 1991 г.)

❓ Абсолютный рекорд по числу завоеванных золотых медалей на одних Играх установил в Мюнхене американский пловец Марк Спитц. Сколько раз он становился чемпионом?

(Семь раз.)

❓ Какие спортсмены участвуют в Паралимпийских играх?

(Спортсмены инвалиды, спортсмены с ограниченными возможностями.)

❓ В каком государстве Древней Греции родились Олимпийские игры?

а) В Македонии;

б) В Аркаиде;

в) В Спарте;

г) В Элиде.

 Почему атлетические соревнования греки называли «Олимпийскими» играми?

- а) По имени горы Олимп; **б) По названию города Олимпии;**
в) По женскому имени Олимпиада; г) В честь бога Зевса Олимпийского.
(Каждые четыре года царь Ифиг устроивал атлетические игры в городе Олимпия, на северо-западе острова Пелопоннес. Отсюда и название – Олимпийские игры.)

 Кто из свободнорождённых греков не мог принимать участие в Олимпийских играх?

- а) Правители;
в) Купцы;
- б) Женщины;
г) Военные.

 Какой дворянский титул был у Пьера де Кубертена, возродившего Олимпийские Игры?

- а) Барон;
б) Герцог;
в) Князь;
г) Граф.

🧐 Что из перечисленного входило в программу первых Олимпийских игр современности?

- а) Городки;
в) Домино;
- б) Перетягивание каната;**
г) Прятки.

 Какого цвета полотнище Олимпийского флага?

- а) Зелёное; б) Голубое;
в) Белое; г) Жёлтое.

 Кольцо какого цвета отсутствует на полотнище олимпийского флага?

- а) Красного; б) Жёлтого;
в) Зелёного; г) Белого.

(Его явно бы не было видно на белом фоне флага.)

 Кольцо какого цвета на Олимпийском флаге символизирует Европу?

- а) Голубое; б) Красное;
в) Зеленое; г) Желтое.

 Как называют комплекс жилых помещений для спортсменов, участников Олимпийских игр?

- а) Олимпийская деревня;
б) Спортивное село;
в) Городок рекордсменов;
г) Чемпионская столица.

 В какой стране проводились I Зимние Олимпийские игры?

- а) Швейцария;
- б) Австрия;
- в) Франция;**
- г) Норвегия.

(Город Шамони, 1924 год.)

 У подножья какой европейской горы в 1924 году прошли I Зимние Олимпийские игры?

- а) Монблан;**
- б) Олимп;
- в) Маттерхорн;
- г) Герлаховски-Штит.

 На каких Олимпийских играх появился девиз: «Главное не победа, а участие»?

- а) I в Афинах;
- б) II в Париже;
- в) III в Сент-Луисе;
- г) IV в Лондоне.**

(На банкете.)

 Где состоялись зимние Олимпийские игры, сценарий открытия которых написал Уолт Дисней?

- а) Саппоро;
- б) Альбервиль;
- в) Лиллехаммер;
- г) Скво-Вэлли.**

 Какой из этих видов спорта – олимпийский?

- а) Регби;
- б) Керлинг;**
- в) Боулинг;
- г) Армрестлинг.

 Какой спортсмен может заработать наибольшее количество медалей за одни олимпийские игры?

- а) Тяжелоатлет;
- б) Боксёр;
- в) Теннисист;
- г) Гимнаст.**

(Всего 8 медалей, ведь всего отдельных видов 6, плюс командное многоборье.)

 Сколько судейских бригад оценивает выступление в художественной гимнастике на Олимпийских играх?

- а) Одна;
- б) Две;
- в) Три;**
- г) Четыре.

(Одна оценивает техническую ценность программы, другая – артистическую, а третья – исполнение, то есть ошибки в элементах.)

 Какое из этих единоборств является Олимпийским видом спорта?

- а) Самбо;
- б) Дзюдо;**
- в) Каратэ;
- г) Айкидо.

❓ Какой стиль плавания вошёл в олимпийскую программу позже остальных?

- а) Кроль;
- б) Брасс;
- в) На спине;
- г) **Баттерфляй.**

❓ Какой вид спорта входил в программу Олимпийских игр с 1896 по 1924 гг. и вновь вернулся в неё только с 1988 года?

- а) **Теннис;**
- б) Бокс;
- в) Фехтование;
- г) Конный спорт.

❓ Какой из этих олимпийских видов спорта имеет пляжную разновидность?

- а) Баскетбол;
- б) Гандбол;
- в) **Волейбол;**
- г) Футбол.

❓ В какой части света ни разу не проводились Олимпийские игры современности?

- а) В Азии;
- б) В Австралии;
- в) В Америке;
- г) **В Африке.**

❓ Какое животное было символом XXII Олимпийских игр?

- а) Лиса;
- б) Петух;
- в) Конь;
- г) **Медведь.**

(Ведь эти игры проводились в Москве.)

❓ Где проходили зимние Олимпийские игры, талисманом которых стал Снежок и Кубик льда?

- а) **Турин;**
- б) Нагано;
- в) Альбервиль;
- г) Калгари.

❓ Как называлась песня дуэта Монтсеррат Кабалье и Фредди Меркьюри, ставшая гимном XXV Олимпийских игр?

- а) Мельбурн;
- б) **Барселона;**
- в) Атланта;
- г) Мюнхен.

(Именно в этом испанском городе в 1992 году состоялись XXV Олимпийские игры.)

❓ Кто был капитаном советской сборной по футболу, победившей на Олимпиаде 1956 года?

- а) Василий Стрельцов;
- б) Всеволод Бобров;
- в) **Игорь Нетто;**
- г) Олег Романцев.

❓ В каком виде спорта Лариса Латынина завоевала 18 олимпийских медалей?

- а) Спортивная гимнастика;
- б) Художественная гимнастика;
- в) Теннис;
- г) Фигурное катание.

❓ Как прозвали российскую Олимпийскую чемпионку по скоростному бегу на коньках Лидию Скобликову?

- а) Русская ракета;
- б) Уральская молния;
- в) Ледовая торпеда;
- г) Серебряная пуля.

(Родина чемпионки – Уральский город Златоуст. Никому до нее не удавалось завоевать золото в конькобежных 4-х дистанциях – 500, 1000, 1500 и 3000. Олимпиаду в Инсбруке назвали «Олимпиадой Скобликовой».)

❓ В каком виде спорта прославилась четырёхкратная олимпийская чемпионка Раиса Сметанина?

- а) Лыжные гонки;
- б) пляжный волейбол;
- в) Лёгкая атлетика;
- г) Художественная гимнастика.

❓ Какой советский фехтовальщик завоевал 4 золотые олимпийские медали?

- а) Виктор Сидяк;
- б) Эдуард Винокуров;
- в) Михаил Бурцев;
- г) **Виктор Кровопусков.**

❓ Какую высоту в прыжках с шестом впервые в мире преодолел олимпийский чемпион Сергей Бубка?

- а) 4 метра;
- б) 5 метров;
- в) **6 метров;**
- г) 7 метров.

❓ Какой персонаж мультфильма стал талисманом сборной России на Олимпиаде-2004?

- а) Крокодил Гена;
- б) **Чебурашка;**
- в) Старуха Шапокляк;
- г) Кот Матроскин.

❓ В какой дисциплине на Олимпиаде 2004 года российские спортсмены заняли весь пьедестал почёта?

- а) Тройной прыжок;
- б) Прыжки в высоту;
- в) **Прыжки в длину;**
- г) Прыжки с шестом.

❓ В каком городе проходила Олимпиада, одним из талисманов которой была птица зимородок?

- а) Барселона;
- б) Сидней;
- в) Мюнхен;
- г) **Сидней.**



Назовите столицу летней Олимпиады в 2008 году.

- а) Дели;
- б) Ханой;
- в) Пекин;
- г) Анкара.



Под каким девизом прошла Олимпиада-2008 в Пекине?

- а) Один мир – одна мечта;
- б) Один Китай – все рекорды;
- в) Один спортсмен – одна медаль;
- г) Один за всех – все за одного.



Как называется группа из пяти фигурок – официальный талисман Олимпийских игр в Пекине?

- а) «Сыновья победы»;
- б) «Братья фортуны»;
- в) «Дети удачи»;
- г) «Друзья спорта».



В какой стране прошли зимние Олимпийские игры в 2010 году?

- а) В Канаде;
 - б) В Швеции;
 - в) Во Франции;
 - г) В Австрии.
- (В Ванкувере.)



Какие по счету летние Олимпийские игры прошли летом 2012 года в Лондоне?

- а) Двадцатые;
- б) Двадцать пятые;
- в) Тридцатые;
- г) Тридцать третьи.

(Официальное название – Игры XXX Олимпиады.)



Сколько человек было в команде России на IV Олимпийских играх в Лондоне в 1908 году?

- а) Пять;
- б) Десять;
- в) Двадцать пять;
- г) Пятьдесят.

(В первых трех Олимпиадах современности российские спортсмены участия не принимали. Но на IV игры приехала команда из пяти человек: Николай Панин-Коломенкин, Николай Орлов, Андрей Петров, Евгений Замотин и Григорий Демин. Из пяти человек трое вернулись домой с наградами. **Первым русским олимпийским чемпионом** стал Николай Панин-Коломенкин, победивший в фигурном катании на коньках: в Лондоне в рамках летней Олимпиады было разыграно первенство по фигурному катанию на коньках на искусственном льду. Серебряными призерами тех исторических Игр стали борцы классического стиля легковес Николай Орлов и тяжеловес Андрей Петров.)



Вдоль какой реки тянется Речная зона спортивных объектов олимпийского Лондона?

- а) Темза;
- б) Медуэй;
- в) Мерси;
- г) Трент.

❓ Талисманами Олимпийских игр в Лондоне стали две капли. Какие это капли?

- а) Капли воды;
- б) Капли мёда;
- в) Капли стали;**
- г) Капли крови.

(По заявлениям авторов, это две капли стали из города Болтона по имени Венлок и Мандевиль. Они названы в честь города Мач-Венлок, в которых прошли первые соревнования наподобие Олимпийских игр, и деревни Сток-Мандевиль, где прошли первые на территории Великобритании Паралимпийские игры.)

❓ Какие спортивные головные уборы надеты на каплях-спортсменах Венлок и Мандевиль - символах летних Олимпийских игр в Лондоне?

- а) Бейсболки;
- б) Шапочки пловцов;
- в) Велосипедные шлемы;**
- г) Маски фехтовальщиков.

❓ Каков вес медали олимпийских чемпионов лета 2012 года?

- а) 100 гр.;
- б) 200 гр.
- в) 300 гр.;
- г) 400 гр.**

(Диаметр одной медали составляет около 85 миллиметров и 7 миллиметров в толщину. Это самые большие медали в истории Игр. Всего к Олимпиаде выпущено примерно 2100 медалей.)

❓ Соревнований в каком виде спорта НЕ было на летней Олимпиаде-2012 в Лондоне?

- а) Бадминтон;
- б) Бейсбол;**
- в) Гандбол;
- г) Пляжный волейбол.

(МОК принял решение исключить бейсбол и софтбол из программы этих Игр.)

❓ Представительница какого вида спорта стала знаменосцем российской команды на церемонии **открытия** Олимпиады-2012 в Лондоне?

- а) Волейбол;
- б) Теннис;**
- в) Синхронное плавание;
- г) Художественная гимнастика.

(Это известная теннисистка Мария Шарапова, четырёхкратная победительница турниров Большого шлема в одиночном разряде, единственная среди россиян, кто 7 раз играл в финалах турниров Большого шлема в одиночном разряде.)

❓ Назовите самый богатый на медали вид спорта Летних Олимпийских игр?

- а) Художественная гимнастика;
- б) Спортивная гимнастика;
- в) Лёгкая атлетика;**
- г) Плавание.

(Легкоатлетам в Лондоне предстоит побороться за 47 комплектов наград.)

 Представитель какого вида спорта принёс **первое "Золото"** в копилку сборной России на Летних Олимпийских играх в Лондоне?

а) Дзюдо;

б) Фехтование;

в) Бокс;

г) Стрельба.

(Это 23-летний спортсмен из Краснодара Арсен Галстян, в категории до 60 кг.)

 Какой по счёту женщиной-знаменосцем в истории отечественного спорта стала Мария Шарапова?

а) Первой;

б) Второй;

в) Третьей;

г) Четвёртой.

(В советские времена флаг страны на летних Играх доверяли, в основном, тяжелоатлетам – шесть раз, затем почетную обязанность перехватили борцы-"классики". Александр Карелин трижды проходил со знаменем на открытии Олимпиад. В Сиднее-2000 флаг нес гандболист Андрей Лавров, четырьмя годами позже – пловец Александр Попов, а в Пекине-2008 – баскетболист Андрей Кириленко. Не было женщин-знаменосцев у нашей страны и на зимних Играх.)

 Какую по счёту Олимпийскую медаль (за всю его спортивную карьеру) получил на Олимпиаде в Лондоне пловец Майкл Фелпс, побив рекорд нашей легендарной гимнастки Ларисы Латыниной?

а) Десятую;

б) Тринадцатую;

в) Восемнадцатую;

г) Девятнадцатую.

(Американец выиграл в составе команды золото в эстафете 4x200 метров вольным стилем и завоевал серебро на 200-метровке баттерфляем, доведя число своих наград до 19. Теперь в "копилке" титулованного американца – 15 золотых, 2 серебряных и 2 бронзовых награды. Рекорд нашей спортсменки – 18 олимпийских медалей – продержался непобитым целых 48 лет!)

 На соревнованиях по какому виду спорта присутствовал в Лондоне президент РФ В.В. Путин (2 августа 2012 года)?

а) Фехтование;

б) Дзюдо;

в) Художественная гимнастика;

г) Синхронное плавание.

(В этот день Тахир Хайбулаев выиграл олимпийское золото в весе до 100 кг – третью по счёту золотую олимпийскую медаль в копилку сборной команды России.)

🔍 Какое по счёту олимпийское "золото" (за свою карьеру) выиграла в Лондоне синхронистка Анастасия Давыдова, установив **рекорд всех времён**?

а) Третье;

б) Четвёртое;

в) **Пятое;**

г) Седьмое.

(Пятикратная олимпийская чемпионка завершила свою спортивную карьеру на пике в Лондоне-2012. Выступала в дуэте и группе. Международная федерация плавания присвоила ей звание Лучшей синхронистки десятилетия.)

🔍 Назовите "птичью" фамилию нашей спортсменки, которая стала **первой** россиянкой, завоевавшей золотую медаль в вольной борьбе:

а) **Воробьева;**

б) Галкина;

в) Ласточкина;

г) Сорокина.

(Представительница Петербурга Наталья Воробьева выиграла золото в вольной борьбе. Она стала олимпийской чемпионкой в весовой категории до 72-х килограммов. В решающей схватке Воробьева победила пятикратную чемпионку мира, представительницу Болгарии Станку Златеву Христову. Именно Воробьева вывела Россию на четвертое место в общекомандном зачете на Олимпиаде в Лондоне, завоевав 12-ю золотую медаль в копилку сборной России.)

🔍 В каком командном виде спорта российские спортсмены выиграли олимпийское "золото" в последний день Олимпиады-2012 в Лондоне?

а) Баскетбол;

б) **Волейбол;**

в) Гандбол;

г) Водное поло.

*(Мужская сборная России по волейболу в невероятном по накалу матче за золото Олимпиады обыграла команду Бразилии, одержав победу в пятой партии. Сборная России **впервые в истории победила на Олимпийских играх.**)*

🔍 Медалей какого достоинства российская сборная завоевала больше всех на Олимпиаде в Лондоне?

а) Золото;

б) Серебро;

в) **Бронза.**

(В копилке сборной России на Играх в Лондоне-2012 оказалось 32 бронзовых медали.)



ГИМН РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Россия — священная наша держава,
Россия — любимая наша страна.
Могучая воля, великая слава —
Твоё достоянье на все времена!

Славься, Отечество наше свободное,
Братских народов союз вековой,
Предками данная мудрость народная!
Славься, страна! Мы гордимся тобой!

От южных морей до полярного края
Раскинулись наши леса и поля.
Одна ты на свете! Одна ты такая —
Хранимая Богом родная земля!

Славься, Отечество наше свободное,
Братских народов союз вековой,
Предками данная мудрость народная!
Славься, страна! Мы гордимся тобой!

Широкий простор для мечты и для жизни
Грядущие нам открывают года.
Нам силу даёт наша верность Отчизне.
Так было, так есть и так будет всегда!

Славься, Отечество наше свободное,
Братских народов союз вековой,
Предками данная мудрость народная!
Славься, страна! Мы гордимся тобой!

Олимпийская клятва спортсменов

«От имени всех спортсменов я обещаю, что мы будем участвовать в этих Олимпийских играх, уважая и соблюдая правила, по которым они проводятся, в истинно спортивном духе, во славу спорта и во имя чести своих команд».



Олимпийская клятва судей

«От имени всех судей и официальных лиц я обещаю, что мы будем выполнять наши обязанности на этих Олимпийских играх с полной беспристрастностью, уважая и соблюдая правила, по которым они проводятся, в истинно спортивном духе».



СОЧИ ОЛИМПИЙСКАЯ СТОЛИЦА

О, Сочи, олимпийская столица!
Россия вновь заслуженно гордится!
Об этом не напрасно мы мечтали,
И все народы о тебе узнали!
О, Сочи — олимпийская столица!
Теперь ты будешь очень многим сниться.
Кто здесь бывал, все по тебе скучают!
Спортсмены мира о тебе мечтают!

Припев:

Полны величия заснеженные горы.
Играет бликами морская даль.
И ждут спортсменов олимпийские просторы.
А солнце в небе блещет как медаль!
О, Сочи, олимпийская столица!
У нас от счастья голова кружится!
Для тех, кто любит Сочи, есть награда —
Олимпиада, Олимпиада!

Припев:

Полны величия заснеженные горы.
Играет бликами морская даль.
И ждут спортсменов олимпийские просторы.
А солнце в небе блещет как медаль!

(В. Негодаев)



Сочи-2014

Море огней украшает причалы, вокзалы,
Флаги трепещут над массой людей и машин.
Здесь открывается счёт на секунды и баллы,
Здесь начинается штурм олимпийских вершин.
Наши сердца разноцветные кольца связали,
Наши герои решимости твёрдой полны.
Мы собрались, чтобы пушки вокруг замолчали —
Взрывы и стоны отныне звучать не должны.

Мы собрались на века породнить континенты,
В жизнь воплотить сокровенные наши мечты.
Мы собрались от души подарить комплименты
Символам мужества, силы, любви, красоты.

Пусть ненадолго исчезнут на картах границы,
Пусть в нашей памяти добрый останется след,
Пусть, не жалея огня, салютуют столицы
Мирными залпами в честь олимпийских побед.

(А. Бондарев)

Олимпиада в Сочи 2014

Мы верим в вас, Российская элита.
Не лёгок ваш спортивный звёздный
путь.
Мы ждём от Вас побед больших,
красивых.
И главное — с дороги не свернуть.

Мы знаем, не легко вам.
Мы знаем не легки
Последние, победные,
Финальные шаги.
Мы будем рядом с вами,
Всем сердцем помогать.
Вы только постарайтесь
Россию поддержать.

Пусть Сочи будет вам звездой путевой.
Святой Георгий вам укажет путь.
И смелый там найдёт, где робкий потеряет.
Пусть блеск медалей Ваш украсит путь.

Мы знаем, не легко вам.
Мы знаем не легки
Последние, победные,
Финальные шаги.
Мы будем рядом с вами,
Всем сердцем помогать.
Вы только постарайтесь
Россию поддержать.

Дельфины, солнце, снег и пальмы рядом.
Медали, счастье, радость и успех.
Мы вам желаем золотых дорожек.
Мы верим вам — и в этом ваш успех.
Мы знаем, не легко вам.
Мы знаем не легки
Последние, победные,
Финальные шаги.
Мы будем рядом с вами,
Всем сердцем помогать.
Вы только постарайтесь
Россию поддержать.

(Алекс Филимонов)



Литература

1. **Твой олимпийский учебник** [Текст] : учеб. пособие для олимпийского образования/В.С.Родиченко и др.; Олимпийский комитет России. – 27-е изд., перераб. и дополн. – М.: Спорт, 2019. – 216 с.: ил
2. **Каинов А. Н. Физическая культура. 9-11 классы: организация и проведение олимпиад.** В пособии содержатся примерные задания практической части олимпиады и есть тесты по теории.
3. **Марченко И. Н., Шлыков В. К. Олимпиадные задания по физической культуре. 9-11 классы.** В книге представлены разнообразные по степени сложности теоретические задания: на определение правильности суждения, с подбором терминов к определениям, тесты с одним и несколькими правильными ответами. Практические задания предполагают выполнение упражнений по разделам: гимнастика, легкая атлетика и спортивные игры.
4. **Столбов В. В., Иванов С. А., Родиченко В. С., Константинов А. Т., Кофман Л. Б., Столяров В. И., Смирнов А. М. Твой олимпийский учебник.** Книга легко и интересно читается. Очень подробно и доступно рассказано об истории Олимпийских игр, становлении и развитии современного олимпийского движения, его основополагающих принципах, структуре и проблемах.
5. **Киселев П. А., Киселева С. Б. Тестовые вопросы и задания по физической культуре.** Замечательная книга, которая охватывает все стороны физического воспитания: от истории олимпийского движения, до анатомо-физиологических основ. Кроме того, здесь собраны воедино тестовые вопросы и ответы.
6. **Паршиков А. Т., Кузин В. В., Виленский М. Я. Физическая культура. 10 класс, 11 класс.** В этих учебниках содержится необходимый материал, который позволяет освоить знания по физической культуре повышенной сложности.
7. **Никифоров А. А., Серeda Н. С. Предметные олимпиады 7-11 классы. Физическая культура.** В этом пособии представлены олимпиадные задания с ответами.