

Всероссийская олимпиада школьников по физической культуре
Районный этап
7-8 класс
2015/2016 учебный год

I. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Инструкция по выполнению задания

Задания в закрытой форме, то есть с предложенными вариантами ответов. Задания представлены в форме незавершённых 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.

Ряд заданий оценивается, если отмечены все зачётные варианты. Выбранные варианты отмечаются зачёркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в» или «г».

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 1 балл.

Время выполнения заданий – 45 минут.

Контролируйте время выполнения задания.

Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов.

Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ.

Заполните анкету в бланке ответов: напишите свою фамилию, имя, отчество, город, школу и класс, который Вы представляете.

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

1. Деятельность, составляющая основу физической культуры, называется:

- а. физическая подготовка;
- б. физическое совершенствование;
- в. физическое развитие;
- г. физическое упражнение.

2. Спорт – это:

- а. вид физической культуры, игровая, соревновательная деятельность и подготовка к ней основанные на использовании физических упражнений и направленные и направленные на достижение наивысших результатов;
- б. вид культуры, который представляет собой специфический процесс и результат человеческой деятельности, средство и способ физического совершенствования людей для выполнения ими своих социальных обязанностей;
- в. вид физической культуры исторически сложившийся как один из способов выявления, сопоставления способностей человека направленный на гармоничное развитие человека.
- г. двигательная деятельность, удовлетворяющая потребности людей в активной отдыхе.

3. Понятие «техника физического упражнения» представляет собой:

- а. упорядоченную определенным образом совокупность движений;
- б. последовательность выполнения движений и их характеристик.
- в. эстетически выразительный способ выполнения двигательного действия;
- г. наиболее рациональный способ выполнения двигательного действия.

4. К пространственной характеристике техники физического упражнения относятся:

- а. амплитуда;
- б. скорость;
- в. степень мышечного напряжения;
- г. темп.

5. Физическое развитие - это

- а. комплекс таких показателей, как рост, вес, окружность грудной клетки, жизненная емкость легких, динамометрия;
- б. уровень, обусловленный наследственностью и регулярностью занятий физической культурой и спортом;
- в. процесс изменения морфо-функциональных свойств организма на протяжении индивидуальной жизни;
- г. размеры мускулатуры, форма тела, функциональные возможности дыхания и кровообращения, физическая работоспособность

6. Под тестированием физической подготовленности понимается;

- а. измерение уровня развития основных физических способностей;
- б. измерение роста и веса;
- в. измерение показателей сердечно – сосудистой и дыхательной системы;
- г. всё вышеперечисленное.

7. Основными источниками энергии для организма при длительных аэробных нагрузках являются:

- а. белки и витамины;
- б. витамины и жиры;
- в. углеводы и минеральные элементы;
- г. углеводы и жиры.

8. При первой помощи при ушибах мягких тканей применяют:

- а. холод на место ушиба, покой ушибленной части тела, наложение транспортной шины, обильное теплое питье;
- б. тепло на место ушиба, давящая повязка на область кровоизлияния, покой ушибленной части тела, искусственное дыхание;
- в. Холод на место ушиба, давящая повязка на область кровоизлияния, покой ушибленной части тела, конечности придают возвышенное положение;
- г. Тепло на место ушиба, давящая повязка на область кровоизлияния, покой ушибленной части тела, конечности придают возвышенное положение.

9. Признаками отморожения являются:

- а. онемение, побледнение, посинение и отечность поврежденной части тела;
- б. боль, покраснение поврежденной поверхности тела;
- в. судороги, потеря сознания;
- г. кровоизлияние, повышенная чувствительность кожи.

10. Правильной можно считать осанку, если вы, стоя у стены, касаетесь её...

- а. затылком, ягодицами, пятками;
- б. лопатками, ягодицами, пятками;
- в. затылком, спиной, пятками;
- г. затылком, лопатками, ягодицами, пятками.

11. ЧСС характеризует деятельность системы организма:

- а. дыхательной;
- б. пищеварительной;
- в. эндокринной;
- г. сердечно-сосудистой.

12. Одним из основных физических качеств является:

- а. внимание;
- б. работоспособность;
- в. гибкость;
- г. здоровье.

13. К группе координационных способностей не относится:

- а. способность сохранять равновесие;
- б. способность точно дозировать величину мышечных усилий;
- в. способность быстро реагировать на стартовый сигнал;
- г. способность точно воспроизводить движения в пространстве.

14. В каком из представленных упражнений проявляется статическое равновесие?

- а. стойка на лопатках;
- б. передвижение на лыжах;
- в. прыжок в высоту;
- г. толкание ядра.

15. Комплекс функциональных свойств организма, составляющих основу способности противостоять утомлению в различных видах деятельности, принято называть:

- а. координационно-двигательной выносливостью;
- б. общей выносливостью;
- в. спортивной формой;
- г. подготовленностью.

16. Для развития быстроты реакции наилучшие условия создаются при использовании:

- а. выпрыгивания вверх с места;
- б. скоростно-силовых упражнений;
- в. подвижных и спортивных игр;
- г. прыжков в глубину.

17. Больше всех золотых олимпийских медалей в истории плавания завоевал:

- а. А. Попов (Россия);
- б. М.Фелпс (США);
- в. Л.Чех (Венгрия);
- г. Д.Л.Фрейзер (Австралия).

18. Самым давним способом плавания является:

- а. баттерфляй;
- б. кроль;
- в. плавание на боку;
- г. брасс.

19. Первые официальные соревнования по лыжному спорту в Норвегии состоялись в:

- а. 1698 г.;
- б. 1767 г.;
- в. 1854 г.;
- г. 1924 г.

20. Длина стандартной беговой дорожки составляет:

- а. 192 м.;
- б. 400 м.;
- в. 500м.;
- г. 1000м.

21. Масса футбольного мяча составляет:

- а. от 396 до 453 г.;
- б. от 310 до 396 г.;
- в. от 453 до 515 г.;
- г. от 296 до 415 г.

22. Автором создания игры в волейбол считается:

- а. Елмери Бери;
- б. Анатолий Эйнгорн;
- в. Ясутака Мацудайра;
- г. Вильям Морган.

23. Программа соревнований по гимнастике у мужчин состоит из:

- а. 4 видов;
- б. 8 видов;
- в. 6 видов;
- г. 12 видов.

24. Где зажигается факел олимпийского огня современных Игр?

- а. на олимпийском стадионе в Афинах под эгидой МОК;
- б. на олимпийском стадионе города-организатора игр;
- в. у храма Зевса в Олимпии под эгидой МОК;
- г. в афинском Акрополе у храма Парфенон под эгидой МОК.

25. Последниедетние Игры в XX столетии проводились...

- а. в Афиннах, Греция;
- б. в Сиднее, Австралия;
- в. в Пекине, Китай;
- г. в Атланте, США.

26. Какой из перечисленных видов спорта является не олимпийским видом?

- а. Синхронное плавание;
- б. Легкая атлетика;
- в. Спортивное ориентирование;
- г. Современное пятиборье.

27. За особые заслуги перед олимпийским движением МОК награждает...

- а. Нагрудным знаком;
- б. Дипломом МОК;
- в. Памятной медалью;
- г. Олимпийским Орденом.

28. Кому принадлежат слова олимпийского девиза: «СИТИУС, АЛЬТИУС, ФОРТИУС»?

- а. Пьеру Де Кубертену;
- б. Анри Дидону;
- в. Анри де Байе-Латуру;
- г. Яну Амосу Коменскому.

29. Первое официальное участие Росси в Олимпийских играх состоялось:

- а. в 1896 году в Афинах;
- б. в 1920 году в Антверпене;
- в. в 1912 году в Стокгольме;
- г. в 1952 году в Хельсинки.

30. Валерий Борзов, Валерий Брумель, Виктор Санеев, Татьяна Лебедева, Елена Исинбаева, Анна Чичерова чемпионы Олимпийских игр по:

- а. гимнастике;
- б. легкой атлетике;
- в. плаванию;
- г. фигурному катанию.