

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ
2019-2020 учебный год**

БЛАНК ОТВЕТОВ 7-8 КЛАССЫ

Ф.И.О. _____ Класс _____

А. Задания в закрытой форме

№ вопроса	Варианты ответов				№ вопроса	Варианты ответов			
1.	А	Б	В	Г	11.	А	Б	В	Г
2.	А	Б	В	Г	12.	А	Б	В	Г
3.	А	Б	В	Г	13.	А	Б	В	Г
4.	А	Б	В	Г	14.	А	Б	В	Г
5.	А	Б	В	Г	15.	А	Б	В	Г
6.	А	Б	В	Г	16.	А	Б	В	Г
7.	А	Б	В	Г	17.	А	Б	В	Г
8.	А	Б	В	Г	18.	А	Б	В	Г
9.	А	Б	В	Г	19.	А	Б	В	Г
10.	А	Б	В	Г	20.	А	Б	В	Г

Б. Задания в открытой форме

- 21.
- 22.
- 23.
- 24.
- 25.

**В. Задание на соотнесение понятий и определений.
(в дальнейшем на соответствие)**

26.

А	Б	В	Г

**Г. Задание процессуального или алгоритмического толка.
(установление правильной последовательности)**

27.

Д. Задания связанные с перечислениями

28.

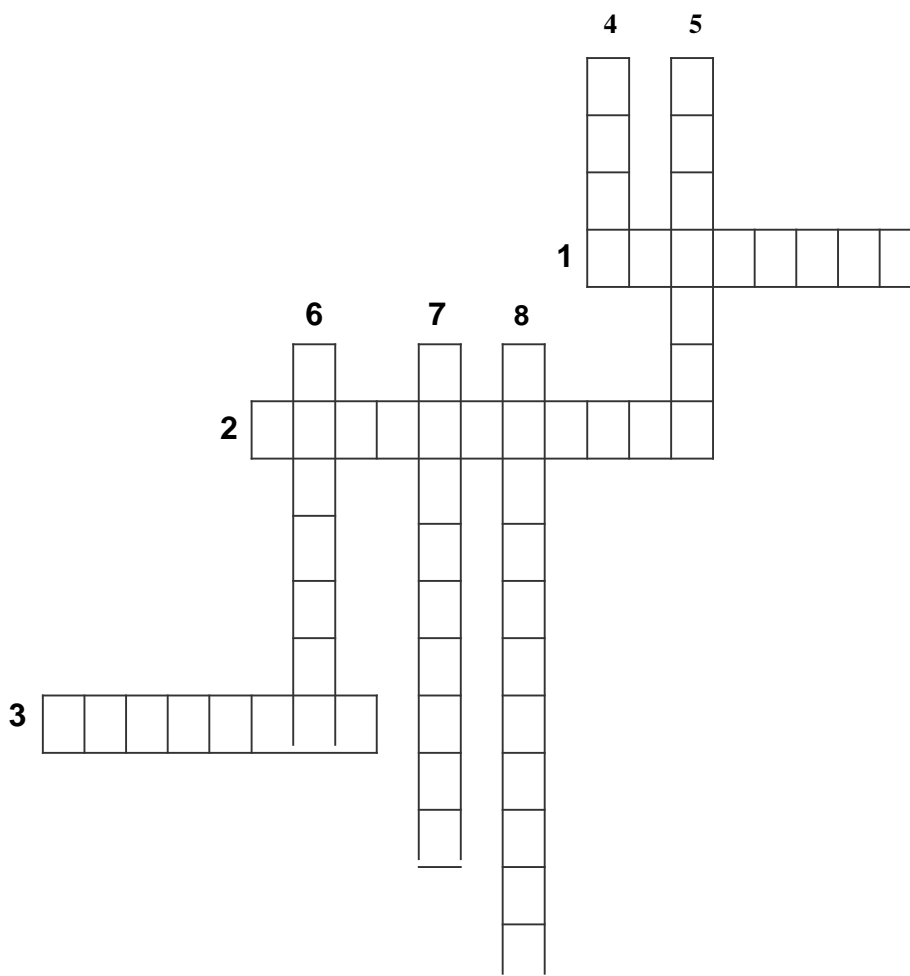
Е. Графическое изображение

29.

А	Б	В	Г

Д. Задание-кроссворд

30.



Оценка (слагаемые и сумма) _____

Подписи жюри

Инструкция по выполнению заданий ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОГО БЛОКА

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к минимуму знаний выпускников средней (полной) школы по предмету «Физическая культура». Время выполнения задания – 45 минут.

Задания представлены в форме незавершенных утверждений, которые при завершении могут оказаться либо истинными, либо ложными.

Утверждения представлены в:

А. Задания в закрытой форме с выбором одного или нескольких правильных ответов, то есть с предложенными вариантами завершения. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильное завершение из 4 предложенных вариантов. Среди них содержатся как правильные, так и неправильные завершения, а также частично соответствующие смыслу утверждения, а также задания, предусматривающие более одного правильного ответа. Выбранные варианты отмечаются в бланке ответов в соответствующем квадрате: **Максимальный балл-20 баллов**

Б. Задания открытой форме, то есть без предложенных вариантов завершения. При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать слово, которое, завершая утверждение, образует истинное высказывание. Подбранное слово вписывается в соответствующую графу бланка ответов. Записи должны быть разборчивыми. **Максимальный балл- 5 балла**

В. Задание на соотнесение понятий и определений(в дальнейшем на соответствие), в которых необходимо сопоставить буквы с цифрами. Выбранные варианты отмечаются добавлением цифр в соответствующее поле бланков ответов. **Максимальный балл-4 баллов**

Г. Задание процессуального или алгоритмического толка(установление правильной последовательности)- 4 балла

Д. Задание, связанное с перечислением известных Вам факторов, характеристик и тому подобное. Жюри оценивает каждую представленную позицию. Записи должны быть разборчивыми. **Максимальный балл-3 балла**

Е. Задание, связанное с графическим изображением рядом с описанием элемента изобразить соответствующую пиктограмму. **Максимальный балл-4 балла**

Ж. Задание-кроссворд – 8 баллов.

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте незнакомые задания вместо их выполнения путем догадки. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии можно вернуться к пропущенному заданию.

Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов. Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ. Заполните шифр: разборчиво

Желаем успеха!

Контрольные вопросы по инструкции к заданию:

1. Инструкция к тесту мне...

а. Понятна. **б.** Понятна отчасти. **в.** Понятна не полностью. **г.** Не понятна.

2. Вы хотели бы задать вопросы для уточнения задания?

а. Да. **б.** Нет. **в.** Не знаю. **г.** Да, но стесняюсь.

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ЭТАПА ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ
7-8 КЛАССОВ**

А. Задания в закрытой форме с выбором одного или нескольких правильных ответов.

1. Какие из перечисленных ниже физических упражнений относятся к циклическим?

- а) бег;
- б) кувырки;
- в) метания;
- г) прыжки.

2. В каком году волейбол был включен в программу Олимпийских игр?

- а) 1956;
- б) 1968;
- в) 1964;
- г) 1952.

3. В каком году был принят Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»

- а) 2005 б) 2007 в) 2010 г) 2016

4. С какого года баскетбол включён в программу Олимпийских игр?

- а) 1936;
- б) 1924;
- в) 1932;
- г) 1944;

5. Основным средством интегральной подготовки является...

а) воспитание двигательных (физических) качеств, способностей, необходимых в жизни и спортивной деятельности;

б) выполнение соревновательных упражнений избранного вида спорта в условиях соревнований различного уровня;

в) обогащение специальными знаниями, относящимися к сфере физической культуры и спорта;

г) обучение основам техники соревновательных действий.

6. Двигательными умениями и навыками принято называть...

а) способность выполнить упражнение без активации внимания.

б) правильное выполнение двигательных действий.

в) уровень владения движением при активации внимания.

г) Способы управления двигательным действием.

7. Физическая подготовленность характеризуется:

а) Высокими результатами в спортивной деятельности;

б) Устойчивостью к воздействию неблагоприятных факторов;

в) Уровнем работоспособности и разносторонностью двигательного опыта;

г) Эффективностью и экономичность двигательных действий.

Правильный ответ: в

8. Какое следует наказание, если вратарь, находясь в пределах штрафной площадки, касается мяча руками за её пределами...

а) угловой удар.

б) свободный удар.

в) штрафной удар.

г) 11-метровый удар.

- 9.** Здоровый образ жизни – это способ жизнедеятельности, направленный на...
- а) развитие физических качеств
 - б) поддержание высокой работоспособности людей.
 - в) сохранение и улучшение здоровья людей.
 - г) подготовку к профессиональной деятельности.
- 10.** Возможности человека, обеспечивающие ему выполнение двигательных действий в минимальный для данных условий промежуток времени, называется:
- а) Двигательной реакцией;
 - б) Скоростными способностями;
 - в) Скоростью одиночного движения;
 - г) Скоростно-силовыми способностями.
- 11.** Олимпийские игры состоят из...
- а) соревнований между странами.
 - б) соревнований по летним и зимним видам спорта.
 - в) игр летней Олимпиады и зимних Олимпийских игр.
 - г) открытия соревнований, награждения участников и закрытия соревнований.
- 12.** В современный Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» включены:
- а) 5 ступеней.
 - б) 7 ступеней.
 - в) 9 ступеней.
 - г) 11 ступеней.
- 13.** Что чаще всего приводит к нарушениям осанки?
- а) Высокий рост;
 - б) Уменьшение межпозвоночных дисков;
 - в) Слабая мускулатура;
 - г) Нарушение естественных изгибов позвоночника.
- 14.** Гибкость человека можно измерить в....
- а) градусах;
 - б) ньютонах, килограммах;
 - в) сантиметрах;
 - г) все выше перечисленное.
- 15.** Кто должен нести ответственность за то, что любое получаемое спортсменом медицинское обслуживание не нарушает антидопинговую политику и правила...
- а) тренер спортсмена;
 - б) врач спортсмена;
 - в) спортсмен;
 - г) руководитель команды;
- 16.** Кто из древнегреческих философов считал движение целительной частью медицины?
- а) Платон.
 - б) Сократ.
 - в) Геродот.
 - г) Плагин.
- 17.** Способность выполнять движения с большой амплитудой за счет собственной активности соответствующих мышц называется:
- а) Подвижностью в суставах;
 - б) Специальной гибкостью;
 - в) Активной гибкостью;
 - г) Динамической гибкостью.

18. Термин гибкость означает...

- а) способность выполнять движения с большой амплитудой
- б) способность быстро овладевать новыми движениями.
- в) способность преодолевать внешнее сопротивление.
- г) Способность удерживать равновесие.

19. Основным средством физического воспитания школьника является

- а) Солнечная радиация;
- б) Личная гимнастика;
- в) Закаливание;
- г) Физические упражнения.

20. К анаэробным упражнениям относятся ... ?

- а) Спринт;
- б) Волейбол;
- в) Лыжные гонки;
- г) Плавание;

Б. Задания в открытой форме

21. Прыжок со снаряда в гимнастике обозначается как ...

22. Вид спорта, в котором спортсмены, используя спортивную карту и компас, проходят неизвестную им трассу через контрольные пункты, расположенные на местности, называется.....

23. Выход мяча за пределы площадки или поля в спортивных играх называется

24. Основным источником энергии в организме служат...

25. Специальный игрок в составе команды, выполняющий только защитные функции называется.....

В. Задания на соотнесение понятий и определений (в дальнейшем задания «на соответствие»).

26.

Понятия	Характеристики
А. Физическое развитие	1. Биологический процесс.
Б. Физическое воспитание	2. Педагогический процесс
В. Физическая подготовка	3. Состояние
Г. Физическое совершенство	

Г. Задания процессуального или алгоритмического толка. (установление правильной последовательности).

27. Установите правильную последовательность выполнения прыжка в высоту разбега:

- а) приземление
- б) разбег
- в) отталкивание
- г) фаза полёта

Д. Задания, связанные с перечислениями.

28. Перечислите известные вам крупные формы занятий физическими упражнениями.

Е. Задание, связанное с графическим изображением

29. Изобразите графически:

- а) Поднять руки вперед- опустить руки вниз.
- б) Наклоны в стороны.
- в) Поочередные взмахи ногами вперед.
- г) Наклон вперед.

Ж. Задание-кроссворд

30. По горизонтали

1. Разновидность гибкости, которая определяется величиной амплитуды движений, достигнутой только за счет усилий мышц, производящих данное движение.
2. Метод, направленный на развитие физических качеств, характеризующийся непрерывной работой с относительно постоянной интенсивностью.
3. Совокупность (система) средств и методов, направленных на достижение определённого конечного результата в процессе физического воспитания.

По вертикали

4. Способность преодолевать мышечное сопротивление или противодействовать ему с помощью мышечных усилий.
5. Интервал отдыха, не гарантирующий восстановление работоспособности до исходного уровня к началу очередного упражнения.
6. Непрерывный бег с переменной скоростью, дословно в переводе со шведского означает «игра скоростей».
7. Метод, при котором длительность интервалов отдыха между повторениями упражнений находится в зависимости от оперативного состояния спортсмена.
8. Периоды биологического развития, в пределах которых формируются наиболее благоприятные условия совершенствования отдельных свойств организма и способностей человека.