

**ЗАДАНИЯ**  
**МУНИЦИПАЛЬНОГО ЭТАПА ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ**  
**ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**  
**В 2019-2020 УЧЕБНОМ ГОДУ**

**ПРОГРАММА**  
**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ЧАСТИ**

**7-8 КЛАССЫ**

Правильное решение задания в закрытой форме с выбором одного правильного ответа оценивается в 1 балл, неправильное решение – 0 баллов.

Правильное решение задания в открытой форме, в которых правильный ответ надо дописать, оценивается в 2 балла, неправильное решение – 0 баллов.

В заданиях на соответствие двух столбцов каждый правильный ответ оценивается в 1 балл, а каждый неправильный ответ – 0 баллов.

Правильное решение задания процессуального или алгоритмического толка оценивается в 1 балл, неправильное решение – 0 баллов.

В заданиях, связанных с перечислениями или описаниями, каждая верная позиция оценивается в 0,5 балла (квалифицированная оценка).

В заданиях, связанных с графическими изображениями физических упражнений, каждое верное изображение оценивается в 0,5 балла.

Каждый правильный ответ при выполнении задания-кроссворда оценивается в 2 балла, неправильный ответ – 0 баллов.

Максимальное количество баллов, которое возможно набрать участнику в теоретико-методическом задании формируется из суммы максимально возможных баллов по каждому типу заданий в тестовой форме.

В нашем примере, в теоретико-методическом задании:

- 20 заданий – в закрытой форме;
- 5 заданий – в открытой форме;
- 1 задание – на соответствие (4 вопроса в задании);
- 1 задание – процессуального или алгоритмического толка;
- 1 задание – на перечисление;
- 1 задание – с графическим изображением двигательных действий
- 1 задание – кроссворд.

Максимально возможный балл, который может получить участник олимпиады составит:

1 балл x 20 = 20 баллов (задания в закрытой форме);

2 балла x 5 = 10 баллов (задания в открытой форме);

4 балла x 1 = 4 балла (задание на соответствие);

1 балл x 1 = 1 балл (задание процессуального или алгоритмического толка);

5,5 баллов x 1 = 5,5 баллов (задание на перечисления);

2,5 балла x 1 = 2,5 балла (задание с графическим изображением);

10 баллов x 1 = 10 баллов (задание-кроссворд).

**Итого: (20 + 10 + 4 + 1 + 5,5 + 2,5 + 10) = 53 балла**

## ЗАДАНИЯ В ЗАКРЫТОЙ ФОРМЕ

- 1. Где зажигается факел олимпийского огня современных Игр?**
  - а) на олимпийском стадионе в Афинах под эгидой МОК
  - б) на олимпийском стадионе города-организатора Игр под эгидой МОК
  - в) у храма Зевса в Олимпии под эгидой МОК
- 2. Термин «Олимпиада» в древней Греции означал...**
  - а) соревнования, проводимые во время Олимпийских игр
  - б) первый год четырехлетия, наступление которого празднуют Олимпийские игры
  - в) четырехлетний период между Олимпийскими играми
- 3. Чемпионом Мира по футболу в 2018 году стала команда ...**
  - а) Германии
  - б) Испании
  - в) России
  - г) Франции
- 4. Пять олимпийских колец символизируют ...**
  - а) пять принципов олимпийского движения
  - б) основные цвета флагов стран-участниц Игр Олимпиады
  - в) союз континентов и встречу спортсменов на Олимпийских играх
  - г) повсеместное становление спорта на службу гармоничного развития человека
- 5. В 2020 году Летние Олимпийские игры пройдут ...**
  - а) в Токио (Япония)
  - б) в Париже (Франция)
  - в) в Пекине (Китай)
  - г) в Мельбурне (Австралия)
- 6. В 2024 году Зимние Олимпийские игры пройдут ...**
  - а) в Токио (Япония)
  - б) в Париже (Франция)
  - в) в Пекине (Китай)
  - г) в Мельбурне (Австралия)
- 7. Под физическим развитием понимается...**
  - 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 морфофункциональных свойств организма на протяжении индивидуальной жизни
  - г) размеры мускулатуры, форма тела, функциональные возможности дыхания и кровообращения, физическая работоспособность
- 8. Основным показателем, характеризующим стадии развития организма является ...**
  - а) биологический возраст
  - б) календарный возраст
  - в) скелетный и зубной возраст
  - г) сенситивный период
- 9. Универсальным источником энергии во всех живых организмах является ...**
  - а) аденозинмонофосфорная кислота (АМФ)
  - б) аденозиндифосфорная кислота (АДФ)
  - в) аденозинтрифосфорная кислота (АТФ)
  - г) молочная кислота (МК)

**10. Физические упражнения - это ...**

- а) двигательные действия, способствующие формированию двигательных умений и навыков.
- б) комплексы двигательных действий, способствующие перестройкам организма занимающихся.
- в) комплексы двигательных действий, способствующие реализации задач физического воспитания.
- г) двигательные действия, способствующие совершенствованию телосложения и физических качеств.

**11. Процесс выполнения физических упражнений с целью повышения качества соревновательной деятельности принято называть ...**

- а) тренировкой
- б) гипердинамией
- в) подготовкой
- г) стимуляцией

**12. Уровень владения техникой действий, при котором внимание акцентировано преимущественно на качестве его выполнения обозначается как ...**

- а) техническое мастерство
- б) двигательная одаренность
- в) двигательный навык
- г) двигательное умение

**13. Под быстротой как физическим качеством понимается:**

- а) способность организма человека, позволяющая быстро реагировать на сигналы
- б) способность организма человека выполнять работу с наибольшей частотой движения за единицу времени
- в) способность человека быстро набирать скорость

**14. Состояние расслабления, снятия напряженности, достигаемое самопроизвольно или под воздействием физиотерапевтических процедур обозначается как ...**

- а) ретардация
- б) реинкарнация
- в) рекреация
- г) релаксация

**15. Здоровье человека, прежде всего, зависит:**

- а) от образа жизни
- б) от наследственности
- в) от состояния окружающей среды
- г) от деятельности учреждений здравоохранения

**16. Недостаток какого витамина ведет к ухудшению зрения и может стимулировать возникновение так называемой «куриной слепоты»?**

- а) витамина А
- б) витамина В<sub>1</sub>
- в) витамина С
- г) витамина D

**17. Профилактика нарушения осанки осуществляется с помощью ...**

- а) силовых упражнений
- б) упражнений «на гибкость»
- в) упражнений «на выносливость»
- г) упражнений «на скорость»

**18. Первая помощь при ушибах мягких тканей:**

- 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

**19. Один из способов прыжка в длину в легкой атлетике обозначается как прыжок ...**

- а) «ножницами»
- б) «перешагиванием»
- в) «натянутый лук»

**20. Какой из перечисленных видов спорта не является олимпийским видом?**

- а) синхронное плавание
- б) спортивное ориентирование
- в) легкая атлетика

**ЗАДАНИЯ В ОТКРЫТОЙ ФОРМЕ**

Завершите утверждение, вписав соответствующее слово в бланк ответов:

21. Согласованная деятельность игроков в командных видах спорта, подчиненная единой для всей команды цели, оказание игроками друг другу помощи, повышающей эффективность атаки или обороны, обозначается как \_\_\_\_\_

22. Процесс, происходящий в организме после завершения упражнения, занятия, заключающийся в переходе физиологических и психических функций к исходному состоянию, обозначается как \_\_\_\_\_

23. Выходное отверстие канала ствола огнестрельного оружия, обозначается как \_\_\_\_\_

24. Группа лиц, участвующих в спортивных соревнованиях, объединенных принадлежностью к одному спортивному коллективу, обозначается как \_\_\_\_\_

25. В большом теннисе очко, выигранное непосредственно с подачи, когда мяч доведен до пола и мяч ушел в аут, обозначается как \_\_\_\_\_

**ЗАДАНИЕ НА СООТВЕТСТВИЕ**

**26. Установите соответствие!**

«Спортивный инвентарь»	«Вид спорта»
1. Волан	А. Легкая атлетика
2. Ракетка	Б. Хоккей
3. Ключка	В. Бадминтон
4. Копье	Г. Теннис

### ЗАДАНИЕ АЛГОРИТМИЧЕСКОГО ТОЛКА

27. Укажите последовательность частей урока физической культуры (1 - основная; 2 - подготовительная; 3 - заключительная; 4 - заминочная)?

- а) 1,2,3
- б) 2,1,3
- в) 2,1,4
- г) 1,2,4

### ЗАДАНИЕ НА ПЕРЕЧИСЛЕНИЕ

28. Перечислите города, где в 2018 году проходили игры Чемпионата Мира по футболу:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.
- 11.

### ЗАДАНИЕ НА ГРАФИЧЕСКОЕ ИЗОБРАЖЕНИЕ

29. Опишите графически следующие исходные положения:

№	Изображение	Описание
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		

## ЗАДАНИЕ-КРОССВОРД

**30. Решите кроссворд на тему «Двигательные качества», записав ответы-слова в бланке ответов**

По горизонтали		По вертикали	
2	Способность человека осваивать и выполнять сложные двигательные действия, быстро их перестраивать в соответствии с изменяющимися условиями.	1	Способность человека совершать двигательные действия в минимальный отрезок времени.
4	Способность человека к продолжительной и эффективной работе умеренной интенсивности.	3	Способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противостоять ему за счет мышечных усилий (напряжений)
5	Способность человека выполнять упражнения с большой амплитудой за счет подвижности в суставах и позвоночнике.		

