

МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР
7-8 КЛАССЫ

Инструкция по выполнению заданий

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к уровню знаний учащихся общеобразовательных школ по предмету «Физическая культура».

Задания объединены в 3 группы:

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

Ряд заданий оцениваются, если отмечены все зачетные варианты. Это условие указано в задании: «отметьте все позиции».

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

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

Правильное решение задания в закрытой форме с выбором одного правильного ответа оценивается в 1 балл, неправильное – 0 баллов. Правильное решение всего задания с выбором нескольких правильных ответов оценивается в 1 балл, при этом каждый правильный ответ оценивается в 0,25 балла, а каждый неправильный – минус 0,25 балла.

2. Задания в открытой форме, то есть без предложенных вариантов ответов. При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подбранное

определение вписывайте в соответствующую графу бланка ответов.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2 балла.

3. Задания на соотнесение понятий и определений.

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

Контролируйте время выполнения задания. Полноценное выполнение третьей группы заданий потребует больше времени.

Время выполнения заданий – 45 минут.

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

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

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.

Желаем успеха!

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Задания в закрытой форме.

Завершите утверждения, отмечая соответствующие поля бланка ответов.

1. Средствами физического воспитания являются:

- а.** оздоровительные силы природы;
- б.** тренажерные устройства;
- в.** физические упражнения;
- г.** гигиенические факторы.

Отметьте все позиции.

2. Специальная физическая подготовка это:

- а.** повышение уровня физического развития;
- б.** разносторонняя двигательная подготовка;
- в.** специализированный процесс, содействующий успеху в конкретном виде деятельности;
- г.** формирование предпосылок для успешного решения двигательных задач в различных видах деятельности.

3. Первые достоверные исторические данные о проведении Олимпийских игр относятся к:

- а.** к 576 г. до н.э;
- б.** к 676 г. до н.э;
- в.** к 776 г. до н.э;
- г.** к 776 г. н.э.

4. Какая часть урока по физической культуре решает задачи организации занимающихся и подготовки организма к предстоящей нагрузке:

- а.** подготовительная;
- б.** основная;
- в.** заключительная;

г. тренировочная.

5. Инициатором возрождения Олимпийских игр был:

- а. Томас Арнольд;
- б. Пьер де Кубертен;
- в. Чарльз Герберт;
- г. Максим де Буене.

6. Какие уроки используются практически для всех возрастных групп:

- а. уроки общей физической подготовки;
- б. уроки профессионально-прикладной физической подготовки;
- в. спортивно-тренировочные уроки;
- г. методико-практические занятия.

7. К скоростно-силовым способностям относят:

- а. скоростную силу;
- б. быструю силу;
- в. силовую силу;
- г. взрывную силу.

Отметьте все позиции.

8. Какие задачи преследует физическое воспитание:

- а. спортивные;
- б. воспитательные;
- в. образовательные;
- г. оздоровительные.

Отметьте все позиции.

9. Наиболее широко в физическом воспитании применяются методы общей педагогики:

- а. словесные методы;
- б. наглядные методы;
- в. практические методы;
- г. теоретические методы.

Отметьте все позиции.

10. Двигательный навык это:

- а. степень владения двигательным действием, которая характеризуется сознательным управлением движением, неустойчивостью к действию сбивающих факторов и нестабильностью итогов;
- б. физическое образование, под которым понимается «системное освоение человеком рациональных способов управления своими движениями, приобретение таким путем необходимого в жизни фонда двигательных умений, навыков и связанных с ними знаний»;
- в. оптимальная степень владения техникой действия, характеризующаяся автоматизированным (т.е. при минимальном контроле со стороны сознания) управлением движениями, высокой прочностью и надежностью исполнения;
- г. умение выполнять новое двигательное действие.

11. Целью этапа начального разучивания является:

- а. формирование полноценного двигательного умения;
- б. формирование двигательного навыка;
- в. формирование у ученика основы техники изучаемого движения и его выполнение в общих чертах;
- г. двигательное умение перевести в навык, обладающий возможностью его целевого использования.

12. Назовите формы проявления гибкости:

- а. динамическая, статическая;
- б. анатомическая;

- в. активная, пассивная;
- г. суставная.

13. Способность выполнять движения с большой амплитудой это:

- а. скоростные качества;
- б. гибкость;
- в. координация;
- г. ловкость.

14. На предельном уровне возможности человека раскрываются в процессе:

- а. физической рекреации;
- б. спорта;
- в. физического воспитания;
- г. физической реабилитации;

15. К спорту высших достижений относится:

- а. школьно-студенческий спорт;
- б. профессионально-прикладной спорт;
- в. профессионально-коммерческий спорт;
- г. физкультурно-кондиционный спорт.

16. Физическая нагрузка - это:

- а. соотношение при выполнении физических упражнений;
- б. достижение лучших результатов в развитии у школьников;
- в. создание правильных мышечно-двигательных ощущений;
- г. определенная мера влияния физических упражнений на организм занимающихся.

17. На I Олимпийском конгрессе в 1894 г. избран членом МОК для России:

- а. П.Ф.Лесгафт;
- б. С.А.Трубецкой;

- в. А.Д.Бутовский;
- г. Н.Панин-Коломенкин.

18. Впервые Россия официально принимала участие на Играх:

- а. V Олимпиады в 1912 г.;
- б. VI Олимпиады в 1916 г.;
- в. VII Олимпиады в 1920 г.;
- г. I Олимпиады в 1894 г.

19. Итоговый контроль:

- а. служит для получения информации о кумулятивном (суммарном) тренировочном эффекте, полученном на протяжении одной учебной четверти;
- б. проводится для определения реакции организма занимающихся на нагрузку после занятия;
- в. предназначен для определения срочного тренировочного эффекта в рамках одного учебного занятия (урока) с целью целесообразного чередования нагрузки и отдыха;
- г. проводится в конце учебного года для определения успешности выполнения годового плана-графика учебного процесса, степени решения поставленных задач, выявления положительных и отрицательных сторон процесса физического воспитания и его составляющих.

20. В какой стране прошли XXII зимние Олимпийские игры:

- а. Южная Корея;
- б. Россия;
- в. Бразилия;
- г. Норвегия.

Задания в открытой форме

Завершите определение, вписав соответствующее слово, число в бланк ответов.

21. В структуре урока по физической культуре можно выделить _____ части.
22. Основным отличительным признаком двигательного навыка является _____.
23. Способность человека длительное время выполнять двигательное действие без снижения его эффективности называется _____.

Задания на соотнесение понятий и определений.

24. Установите соответствие между видом спорта и инвентарем, необходимым для игры:

а. хоккей.	1. волан.
б. боулинг.	2. шайба.
в. бадминтон.	3. дротики.
г. дартс.	4. «камни».

25. Установите соответствие между кондиционными физическими качествами и контрольными упражнениями, используемыми для их оценки.

а. гибкость.	1. 6-ти минутный бег.
б. скоростные.	2. подтягивание на перекладине.
в. силовые.	3. наклон вперед из положения стоя.
г. выносливость.	4. бег 30 метров.

Вы закончили выполнение заданий. Поздравляем!

**Олимпиадные задания для проведения муниципального этапа
Всероссийской олимпиады школьников по предмету «Физическая культура»**

ПРАКТИЧЕСКИЙ ТУР

Гимнастика

7-8 КЛАССЫ

ДЕВУШКИ

И.п. – о.с.

1. Махом одной, толчком другой переворот в сторону (3,0 балла);
2. Приставляя ногу поворот спиной в сторону движения и кувырок назад (2,0 балла);
3. Перекатом назад стойка на лопатках (держать) (2,0 балла);
4. Перекат вперёд лечь на спину, согнуть ноги и руки- «мост», держать - поворот направо (налево) кругом в упор присев (2,0 балла);
5. Кувырок вперёд – прыжок вверх прогибаясь (1,0 балл).

ЮНОШИ

И.п. – о.с

1. «Старт пловца» - кувырок вперёд прыжком – кувырок вперёд (2,0 балла);
2. Два кувырка назад (2,0 балла);
3. Встать руки вверх и шагом вперёд равновесие (держать) (1,0 балл);
4. Выпрямляясь махом одной, толчком другой переворот в сторону («колесо») в стойку ноги врозь (3,0 балла);
5. Приставить ногу, поворот в сторону движения на 90°, упор присев (0,5 балла);
6. Перекат назад в стойку на лопатках (держать) (1,0 балла);
7. Перекат вперед - прыжок вверх прогибаясь (0,5 балла);