

## Теоретико-методическое задание

7-8 класс

Фамилия, Имя, Отчество \_\_\_\_\_

Субъект Федерации \_\_\_\_\_

Город \_\_\_\_\_ Школа № \_\_\_\_\_ Класс \_\_\_\_\_

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

**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 субъекта Федерации, город, школу и класс, который Вы представляете.

**Инструкция к тесту мне...**

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

**2. Вы хотели бы задать вопросы для уточнения задания?**

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

**Желаем удачи!**

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

- а.** Комплекс свойств, позволяющих передвигаться с большой скоростью.
- б.** Комплекс свойств, позволяющих выполнять непродолжительную работу в минимальный отрезок времени.
- в.** Способность быстро набирать скорость при выполнении движений.
- г.** Комплекс свойств, позволяющих быстро реагировать на сигналы и выполнять движения с большой частотой.

**2. К циклическим видам спорта относятся...?**

- а.** борьба, бокс, фехтование, бег.
- б.** ходьба, ходьба на лыжах, метание гранаты, академическая гребля.
- в.** бег, плавание, академическая гребля, лыжные гонки.
- г.** лыжные гонки, керлинг, стрельба, марафонское плавание.

**3. Что такое гипокинезия....**

- а.** особое состояние организма, обусловленное большой двигательной активностью
- б.** особое состояние организма, обусловленное недостаточностью потребления жидкости
- в.** особое состояние организма, обусловленное недостаточностью двигательной активности.

- 4. В каком городе пройдут XXIII зимние Олимпийские игры....?**
- а. Мюнхен
  - б. Анси
  - в. Пекин
  - г. Пусан
  - д. Пхёнчхан
- 5. К олимпийским видам спорта относятся...?**
- а. Рукопашный бой, бокс, фехтование, бег.
  - б. бейсбол, пауэрлифтинг, академическая гребля, прыжки с шестом
  - в. синхронное плавание, дзюдо, гребной слалом, сноуборд.
  - г. лыжные гонки, керлинг, стрельба, боулинг.
- 6. Возможности человека, обеспечивающие ему выполнение двигательных действий в минимальный для данных условий промежуток времени, называются..?**
- а. Двигательной реакцией
  - б. Скоростными способностями
  - в. Скорость одиночного движения
  - г. Скоростно-силовыми способностями
- 7. Силовые упражнения рекомендуется сочетать с упражнениями на...**
- а. Гибкость
  - б. Быстроту
  - в. Координацию
  - г. Ловкость
- 8. Что понимается под тестированием физической подготовленности?**
- а. измерение уровня развития основных физических качеств
  - б. измерение роста и веса
  - в. измерение показателей деятельности сердечно – сосудистой и дыхательной систем
  - г. измерение уровня антропометрических показателей
- 9. Физическими упражнениями называются...?**
- а. двигательные действия, с помощью которых развивают физические качества и укрепляют здоровье
  - б. двигательные действия, дозируемые по величине нагрузки и продолжительности выполнения
  - в. движения, выполняемые на уроках физической культуры и во время утренней гимнастики
  - г. формы двигательных действий, способствующие решению задач физического воспитания
- 10. Физическая реабилитация – это...?**
- а. деятельность, направленная на улучшение развития двигательных качеств и физических способностей
  - б. мероприятия, направленные на улучшение физического развития человека
  - в. специализированный процесс физического воспитания, направленный на решение оздоровительной задачи

г. деятельность по восстановлению частично утраченных или ослабленных психофизических функций и способностей человека

**11. Урок по физической культуре в школе это...?**

- а. форма организация обучающихся
- б. процесс подготовки к соревнованиям
- в. процесс обучения двигательным действиям
- г. форма изучения физической подготовленности

**12. Какие знаки отличия предусмотрены при выполнении тестов ВФСК ГТО ...?**

- а. серебряный, платиновый, бронзовый
- б. золотой, бронзовый платиновый
- в. золотой, серебряный, бронзовый

**13. В какой стране пройдет кубок мира ФИФА по футболу в 2022?**

- а. Франции
- б. Чили
- в. Катар
- г. Италия

**14. Метод организации занимающихся, при использовании которого все выполняют одно упражнение, называется....?**

- а. поточным
- б. групповым
- в. переменным
- г. фронтальным

**15. Пляжная игра в программе Олимпийских игр.....?**  
(назовите все возможные варианты)

- а. стритбол
- б. волейбол
- в. баскетбол
- г. теннис
- д. фехтование

**16. В гимнастику входят.....**

- а. спортивные игры
- б. опорные прыжки
- в. общеразвивающие упражнения
- г. прыжки на батуте
- д. вольные упражнения

**17. Что не относится к водным видам спорта....?**

- а. водное поло
- б. спортивное плавание
- в. прикладное плавание
- г. синхронное плавание
- д. триатлон

18. Установленное размещение занимающихся для их совместных действий называется .....

19. Задачи формирования личностных качеств спортсмена и управление его оперативным состоянием решаются в разделе .....подготовки спортсмена



20. данная пиктограмма ВФСК ГТО обозначает .....

21. Сопоставьте Олимпийских чемпионов Зимней Олимпиады в Сочи с видами спорта, в которых они победили.

	Олимпийский чемпион		Вид спорта
1.	Александр Легков	а.	Сkeleton
2.	Виктор Ан	б.	Сноуборд
3.	Александр Третьяков	в.	Шорт-трек
4.	Вик Уайлд	г.	Лыжные гонки

1.	2.	3.	4.

22. В какой последовательности разучивают старт с тумбочки....?

1. Спады
2. Учебный прыжок с бортика
3. Прыжок солдатиком
4. Прыжок махом одной
5. Прыжок толчком двумя
6. Прыжок с поворотом
7. Учебный прыжок с тумбочки
8. Старт с тумбочки

- а. 3,4,5,6,1,2,7,8  
б. 3,4,1,2,5,6,7,8  
в. 1,3,4,5,6,2,7,8  
г. 3,1,4,5,7,6,2,8

23. Перечислите спортивные игры с мячом .....

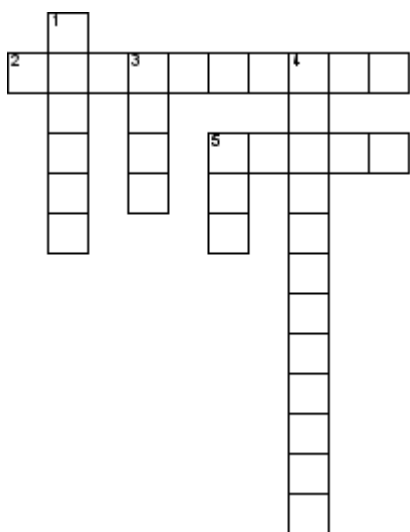
24. Запишите графически перечисленные исходные положения.....

- а. упор лежа
- б. правая вверх
- в. наклон согнувшись
- г. широкая стойка руки на пояс
- д. стоя на коленях
- е. стоя на четвереньках

**25. Решите кроссворд, вписав слова в бланк ответов.**

По вертикали	По горизонтали
<p><b>1. Сгибание тела в тазобедренных суставах вперед, назад или в стороны с полной амплитудой движения</b></p> <p><b>3. Максимально прогнутое положение тела с опорой нога ми и выведенными вверх руками</b></p> <p><b>4. Занимающийся, стоящий в строю первым</b></p> <p><b>5. Положение занимающегося на снаряде, при котором плечи находятся ниже точек хвата</b></p>	<p><b>2. Способ увеличения интервала или дистанции строя</b></p> <p><b>5. Выполняется выставлением ноги в любом направлении с одновременным ее сгибанием</b></p>

Бланк



**БЛАНК К ОТВЕТАМ**  
**ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ**  
**МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП**  
**7 – 8 класс**  
**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ**

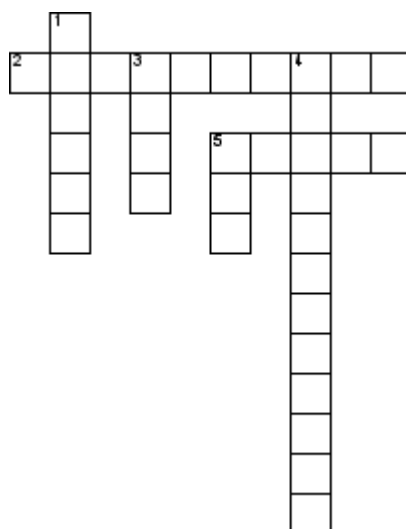
Номер вопроса	Ответ	Номер вопроса	Ответ			
1.		12.				
2.		13.				
3.		14.				
4.		15.				
5.		16.				
6.		17.				
7.		18.				
8.		19.				
9.		20.				
10.		21.	1.	2.	3.	4.
11.		22.				

23.	
-----	--

24. Запишите графически перечисленные исходные положения....

упор лежа	
правая вверх	
наклон согнувшись	
широкая стойка руки на пояс	
стоя на коленях	
стоя на четвереньках	

25. Кроссворд - бланк для ответов



Оценка \_\_\_\_\_

Подпись жюри: