

**Теоретико-методические задания  
муниципального этапа Всероссийской олимпиады  
по физической культуре 7-8 классы**

**Задания в закрытой форме**

**1. Основным показателем, характеризующим стадии развития организма, является...**

- А. биологический возраст;
- Б. скелетный и зубной возраст;
- В. календарный возраст;
- Г. сенситивный период.

**2. Международный Олимпийский Комитет в качестве города, принимающего в 2016 XXXI Олимпийские Игры выбрал...**

- А. Токио;
- Б. Чикаго;
- В. Рио-де-Жанейро;
- Г. Мадрид.

**3. Виды двигательной активности, благотворно воздействующие на физическое состояние и развитие человека, принято называть...**

- А. физическим развитием;
- Б. физическими упражнениями;
- В. физическим трудом;
- Г. физическим воспитанием.

**4. Частота сердечных сокращений (пульс) в широком диапазоне нагрузок характеризует...**

- А. скорость кровотока в работающих мышцах;
- Б. уровень потребления кислорода организмом;
- В. скорость перемещения звеньев тела;
- Г. количество затраченного на работу гликогена.

**5. Какие упражнения неэффективны при формировании телосложения?**

- А. упражнения, способствующие увеличению мышечной массы;
- Б. упражнения, способствующие снижению веса тела;
- В. упражнения, объединенные в форме круговой тренировки;

Г. упражнения, способствующие повышению быстроты движений.

**6. В каком году лыжница Любовь Баранова (Козырева) завоевала первую золотую медаль Олимпийских зимних игр в истории советского спорта?**

- А. 1952;
- Б. 1908;
- В. 1956;
- Г. 1924.

**7. Укажите размеры волейбольной площадки.**

- А. 24 x 12;
- Б. 25 x 18;
- В. 9x18;
- Г. 18 x 10.

**8. Временное снижение работоспособности, наступающее в процессе работы...**

- А. релаксация;
- Б. профилактика;
- В. обследование;
- Г. самонаблюдение.

**9. Выносливость человека не зависит от...**

- А. энергетических возможностей организма;
- Б. настойчивости, выдержки, мужества;
- В. технической подготовленности;
- Г. максимальной частоты движений.

**10. Международный Олимпийский Комитет принял решение о проведении зимних Олимпийских игр в .... году...**

- А. 1923;
- Б. 1924;
- В. 1925;
- Г. 1926.

**11. Кто был первым президентом Российского олимпийского комитета?**

- А. генерал А.Д. Бутовский;
- Б. граф Г.И. Рибопьер;
- В. князь С.К. Белосельский-Белозерский;
- Г. В.И. Срезневский.

**12. Валерий Борзов, Валерий Брумель – чемпионы олимпийских игр в ...**

- А. плавании
- Б. легкой атлетике
- В. биатлоне
- Г. лыжных гонках

**13. Высокая физическая тренированность обеспечивается...**

- А. сохранением ряда показателей высшей нервной деятельности;
- Б. разносторонней физической подготовленностью;
- В. ликвидацией умственного утомления;
- Г. зарядом бодрости в течение дня.

**14. Вероятность травм при занятиях физическими упражнениями снижается, если занимающиеся:**

- А. переоценивают свои возможности;
- Б. следуют указаниям преподавателя;
- В. владеют навыками выполнения движений;
- Г. не умеют владеть своими эмоциями.

**15. Как часто проходят Олимпийские игры?:**

- А. каждый год;
- Б. один раз в два года;
- В. один раз в три года;
- Г. один раз в четыре года.

### Задания в открытой форме

**16. Прыжок со снаряда в гимнастике обозначается как....**

**17. Какие спортивные игры входят в программу Зимних олимпийских игр? ...**

**18. Какие спортивные снаряды применяют в легкоатлетических метаниях? ...**

**19. Углевод из группы моносахаридов, один их основных источников энергии в организме, обозначается как...**

**20. Материальный носитель наследственности, расположенный в хромосоме, обозначается как....**

### Задание на сопоставление

**21. Сопоставьте понятия с их характеристиками**

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

**22. Установите соответствие между задачами и частями урока, в которых они должны решаться**

Части урока	Задачи
1 - подготовительная	а) формирование профессионально-прикладных знаний, умений и навыков
	б) расслабление напряжённых мышц
2 - основная	в) воспитание физических качеств
	г) психологическая установка
3 - заключительная	д) ознакомление с задачами следующего урока
	е) постепенная функциональная подготовка

### 23. Сопоставьте содержание понятия и его названия

Содержание понятия	Название понятия
1 - Способность перемещать тело и его звенья в пространстве за минимально короткое время	А. выносливость
2 - Способность преодолевать внешнее сопротивление и противостоять ему за счет мышечных усилий	Б. быстрота
3 - Способность организма человека при двигательной деятельности длительное время противостоять утомлению	В. сила
4 – Способность выполнять движения с большой амплитудой за счет мышечных усилий	Г. гибкость

#### Задания алгоритмического толка

**24. Укажите предпочтительную последовательность упражнений для физкультурной минутки или паузы:**

- 1) Приседания, прыжки, бег, переходящие в ходьбу.
- 2) Упражнения в расслаблении мышц туловища, рук, ног.
- 3) Упражнения на точность и координацию движений.
- 4) Упражнения в потягивании, профилактика нарушений осанки.
- 5) Общеразвивающие упражнения.
- 6) Упражнения в растягивании мышц туловища, рук, ног.
- 7) Упражнения махового характера для различных мышечных групп.

- А) 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7;  
Б) 4, 5, 7, 1, 6, 2, 3;  
В) 3, 1, 2, 6, 7, 5, 4;  
Г) 5, 7, 1, 6, 2, 3, 4.

### Задания, связанные с перечислением

**25. Перечислите основные физические качества человеческого организма...**

**26. Перечислите виды спорта, рекомендуемые программой общеобразовательных школ в качестве средств физического воспитания...**

### Задание, связанное с графическим изображением

**27. Изобразите графически:**

- А - левая назад на носок, руки вверх  
Б - переднее равновесие на правой  
В - стойка левая вперед, руки в стороны  
Г - основная стойка  
Д - выпад влево, руки на пояс  
Е - стойка правая рука вверх, левая рука в сторону

## Задание - кроссворд

28. Решите кроссворд на тему «Виды спорта», записав ответы-слова в кроссворде.

### По вертикале:

1. Какой наркотик изготавливали из растения, которое в Древней Греции олимпийцы смешивали с вином и медом и употребляли перед соревнованиями.
2. Жительница славянской страны, славящейся хрусталем, пивом и добротным хоккеем.
3. В спортивных поединках – период боя между двумя перерывами.
4. Препятствие в конном спорте.
5. Имя знаменитой гимнастки Кабаевой.

### По горизонтали:

6. Приз лучшему шахматисту года.
7. Итальянский футбольный клуб.
8. У боксеров – переход боя в объятия.
9. Итальянский футбольный клуб из административного центра области Ломбардия.
10. Первый в Индии международный гроссмейстер по шахматам.



