

## **Инструкция по выполнению задания юноши /девушки 7-8 классы**

Вам предлагаются задания, основанные на содержании образовательных программ основного общего и среднего общего образования углубленного уровня по предмету «Физическая культура»

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

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

### **Задания объединены в 5 групп:**

**1.Задания в закрытой форме №№1-18**, 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. Правильным является то, которое наиболее полно соответствует смыслу утверждения.

Выбранные варианты отмечаются зачеркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в» или «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 сможете вернуться к пропущенному заданию.

**2.Задания в открытой форме №№19-22**. то есть без предложенных вариантов ответов. При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подобранные определения вписывайте в соответствующую графу бланка ответов. Записи должны быть разборчивыми.

**3.Задания №23, предполагающие перечисление**. Записи выполняются в бланке ответов. Жюри оценивает каждую, представленную позицию.

**4. Задания на установление соответствия (№24)**. При выполнении данного задания необходимо установить соответствие предложенных вариантов ответов определенным понятиям, высказыванием и определениям. Ответы вписывайте в соответствующую графу бланка. Жюри оценивает каждую, представленную позицию.

**5. Задание – кроссворд (№25)**. Решите кроссворд, записав слова в бланке ответов.

*Время выполнения заданий – 45 минут*

*Желаем успеха!*

# ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

## 7-8 классы

### 1. Задания в закрытой форме

*Завершите утверждения, отмечая соответствующие поля бланка ответов.*

- 1. Первым президентом Международного Олимпийского комитета был избран.**
  - а. Анри де Байе - Латур;
  - б. Пьер де Кубертен;
  - в. Мишель Бреаль;
  - г. Деметриус Викелас.
- 2. Какой титул был у Пьера де Кубертена?**
  - а. барон;
  - б. граф;
  - в. сэр;
  - г. маркиз.
- 3. Священное перемирие, заключаемое на время проведения античных Игр Олимпиад, именовалась так**
  - а. анахарсис;
  - б. экехирия;
  - в. меланкомос;
  - г. эланодокия.
- 4. Кто был первым Олимпийским чемпионом в России?**
  - а. Дмитрий Саутин;
  - б. Николай Орлов;
  - в. Николай Панин - Коломенкин;
  - г. Александр Попов.
- 5. Тренеров в Древней Греции называли**
  - а. палестриками;
  - б. гимнастами;
  - в. мастерами;
  - г. олимпиониками.
- 6. Судьями античных Олимпийских Игр были**
  - а. эланодики;
  - б. панкратионики;
  - в. олимпионики;
  - г. палестрики.
- 7. Какой объективный показатель Вы используете в процессе самоконтроля?**
  - а. самочувствие и настроение;
  - б. желание тренироваться;
  - в. частота сердечных сокращений (пульс) и артериальное давление;
  - г. аппетит и сон.
- 8. Первым представителем России в Международном Олимпийском комитете.**
  - а. Алексей Бутовский;
  - б. Константин Андрианов;
  - в. Георгий Дюпперон;
  - г. Вячеслав Срезневский.

**9. Факельная эстафета олимпийского огня, зажженного в Олимпии, стали традиционной после Игр.**

- а. IX Олимпиады 1928 году (Амстердам, Голландия);
- б. XI Олимпиады 1936 году (Берлин, Германия);
- в. X Олимпиады 1932 году (Лос-Анджелес, США);
- г. XIV Олимпиады 1948 году (Лондон, Великобритания).

**10. Катание на доске за воздушным змеем называется**

- а. кайтсерфинг (кайтинг);
- б. виндсерфинг;
- в. парашютный спорт;
- г. серфинг.

**11. На каком континенте никогда не проводились Олимпийские игры**

- а. Южная Америка;
- б. Северная Америка;
- в. Африка;
- г. Австралия.

**12. Один из видов человеческой культуры, специфика которого заключается в оптимизации природных свойств людей принято называть**

- а. физическим развитием;
- б. физическим воспитанием;
- в. физическим упражнением;
- г. физической культурой.

**13. Обучение двигательным действиям и развитие физических качеств составляет основу**

- а. физического развития;
- б. физической культуры;
- в. физического совершенства;
- г. физического воспитания.

**14. Соблюдение режима дня способствует укреплению здоровья, потому что**

- а. позволяет избегать неоправданных физических упражнений;
- б. обеспечивает ритмичность работы организма;
- в. изменяется величина нагрузки на центральную нервную систему;
- г. позволяет правильно планировать дела в течение дня.

**15. Процесс изменения морфофункциональных свойств организма на протяжении жизни принято называть**

- а. физическим совершенством;
- б. физическим развитием;
- в. физической подготовкой;
- г. физическим воспитанием.

**16. Атлетов, нанесенных смертельные раны сопернику во время Игр Олимпиады, судьи Эллады.**

- а. признавали победителем;
- б. секли лавровым венком;
- в. объявляли героем;
- г. изгоняли со стадиона.

**17. В каком году и где был создан Международный олимпийский комитет?**

- а. в 1894 году в Париже;

- б. в 1896 году в Лондоне;
- в. в 1905 году в Греции;
- г. в 1892 году в Пекине.

**18. Какое место в общем медальном зачете заняла команда сборной России на Играх XXXII Олимпиады в Токио 2021 года?**

- а. 3;
- б. 5;
- в. 4;
- г. 6.

### 2.Задания в открытой форме

*Завершите утверждения, вписав соответствующее слово в бланк ответов.*

**19. Приспособление организма, его функциональных систем, органов и тканей к условиям существования называется \_\_\_\_\_**

**20. Способ ускоренного передвижения, в котором чередуются одноопорные и полетные фазы, т.е. опора одной ногой о землю чередуется с фазой полета (с безопорной фазой) называется \_\_\_\_\_**

**21. Положение занимающегося, при котором согнутые в коленях ноги подтянуты руками к груди и кисти захватывают колени, называется \_\_\_\_\_**

**22. Свободное движение тела относительно оси вращения называется \_\_\_\_\_**

### 3. Задания, предполагающее перечисление

**23. Перечислите, основные средства закаливания. Ответ запишите в бланк ответов.**

### 4.Задания на соответствие

**24.Установите соответствие между видами спортивных игр и используемым спортивным инвентарем, вписав в бланк ответов соответствующие цифры:**

1	бадминтон	а	дротики
2	боулинг	б	мяч
3	хоккей	в	волан
4	бейсбол	г	шары
5	регби	д	бита
6	дартс	е	шайба

### 5.Задание – кроссворд

**25. Решите кроссворд, записав слова в бланке ответов:**

**По горизонтали:**

1. Поля шахматной доски одного цвета, находящиеся на одной линии.
2. Представляет собой горнолыжное троеборье, в которое входят: могул, лыжный балет, лыжная акробатика.
3. Штрафной бросок в хоккее с шайбой.

**По вертикали:**

4. Заключительный этап шахматной партии, в котором на доске остается мало фигур (не считая пешек).
5. В шахматах и шашках: разновидность дебюта, в котором осуществляется жертва материала (обычно пешки реже фигуры) ради быстреего развития.
6. Зимний олимпийский вид спорта, скоростной спуск по ледяной трассе на специальных санях без рулевого управления. Для соревнований по этому виду спорта используют санно-бобслейные трассы.
7. Вид горнолыжного спорта. Спуск на горных лыжах по размеченному маршруту склона до 500м.

***Вы выполнили задание. Поздравляем!***