

Всероссийская олимпиада школьников по физической культуре
Муниципальный этап
Тест для 7-8 классов

код участника _____

Выберите один верный ответ в каждом задании 1-25.

1. Какие разделы программы включены в уроки физической культуры?

- А) спортивные игры, гимнастика, легкая атлетика;
- Б) настольный теннис, гольф, дзюдо;
- В) единоборства, бег, подтягивание;
- Г) подтягивание, приседание, бег, прыжки.

2. Какие виды лыжного спорта относятся к Олимпийским?

- А) Полиатлон, полеты на лыжах, спуск с горных вершин, трюки на лыжах;
- Б) Лыжные гонки, горные лыжи, лыжное двоеборье, сноуборд;
- В) Биатлон, полиатлон, горные лыжи, фристайл;
- Г) Лыжное двоеборье, биатлон, спуск с горных вершин, фристайл.

3. По количеству скользящих шагов в цикле движения лыжные ходы подразделяют на:

- А) бесшажный, попеременно двухшажный, двухшажный, коньковые;
- Б) бесшажный, одношажный, двухшажный, четырехшажный;
- В) одновременный одношажный, одновременный двухшажный, попеременный, бесшажный;
- Г) коньковый, бесшажный, одношажный, двухшажный.

4. Какой из способов торможений выполняется одной лыжей для небольшого снижения скорости?

- А) торможение «плугом»;
- Б) торможение упором;
- В) торможение соскальзыванием;
- Г) торможение падением.

5. Какой вид спорта называют «королевой спорта»?

- А) гимнастика;
- Б) легкая атлетика;
- В) лыжная подготовка;
- Г) акробатика.

6. Игровая площадка для классического волейбола представляет собой:

- А) прямоугольник размерами 18 x 9 м, окруженный со всех сторон свободной зоной шириной минимум 3 метра;
- Б) прямоугольник размерами 24 x 12 м, окруженный со всех сторон свободной зоной шириной минимум 2 метра;
- В) прямоугольник размерами 8 x 16 м, окруженный со всех сторон свободной зоной шириной минимум 3 метра;
- Г) два квадрата 9 x 9 м, окруженный со всех сторон свободной зоной

7. Какие виды спорта обеспечивают наибольший прирост в силе?

- А) тяжелая атлетика, плавание, метание ядра, упражнения со штангой;
- Б) гиревой спорт, упражнения со штангой, упражнения с гантелями и резинкой;
- В) упражнения с гантелями и штангой, метание ядра, гиревой спорт;
- Г) тяжелая атлетика, атлетическая гимнастика, гиревой спорт, упражнения с гантелями и резиной.

8. Физическая нагрузка – это:

- А) величина воздействия физических упражнений на организм занимающихся;
- Б) способность человека к длительному выполнению какой – либо работы без заметного снижения работоспособности;
- В) систематическая тренировка с целью воздействия на организм занимающихся;
- Г) способность организма выдерживать нагрузки без заметного снижения работоспособности.

9. Какие требования предъявляются к экипировке игроков в волейболе?

- А) Цвет и фасон футболок, трусов и носков должны быть одинаковыми для команды;
- Б) Цвет и фасон футболок, трусов, носков и обуви должны быть одинаковыми для команды;
- В) Цвет и фасон футболок, трусов, носков и обуви должны быть одинаковыми для команды (*исключение: для Либеро*);
- Г) Цвет и фасон футболок, трусов и носков должны быть одинаковыми для команды (*исключение: для Либеро*).

10. Выберите самый древний вид единоборств, в которых совмещаются удары и борьба с минимальными ограничениями, согласно легенде, созданный греческими героями Тезеем и Гераклом:

- А) борьба;
- Б) кулачный бой;
- В) «бой без правил» (панкратион);
- Г) кунг-фу.

11. Какой вид спорта не включен в программу летних Олимпийских игр?

- А) Волейбол;
- Б) Гонки на байдарках и каноэ;
- В) Стрельба из лука;
- Г) Шахматы.

12. Какая физическая культура применяется в дополнение к медицинским показаниям?

- А) коррекционная;
- Б) лечебная;
- В) реабилитационная;
- Г) адаптивная.

13. Двигательное действие, специально разработанное для решения задач физического воспитания - это:

- А) физическая нагрузка;
- Б) физкультминутка;
- В) физическое упражнение;
- Г) технический навык.

14. Какие манипуляции нужно провести, чтобы определить наиболее информативный и простой показатель самочувствия:

- А) измерение частоты сердечных сокращений;
- Б) измерение жизненной емкости легких;
- В) антропометрические измерения;
- Г) измерение артериального давления.

15. Какое количество медицинских групп выделяют в соответствии с физическим развитием, состоянием здоровья, уровнем тренированности и уровнем общей физической подготовленности школьников?

- А) 2; Б) 3; В) 4; Г) 5.

16. Из каких показателей складывается быстрота при выполнении физических упражнений?

- А) времени двигательной реакции на какой-либо сигнал и быстроты выполнения движений;
- Б) частоты движений, времени и быстроты их выполнения;
- В) времени двигательной реакции на какой-либо сигнал, времени отдельного движения и частоты движений;
- Г) времени отдельного движения и частоты движений.

17. Что означает жест обоих судей «круговое движение предплечий вокруг друг друга» во время игры в баскетбол?

- А) смена сторон площадки;
- Б) замена;
- В) удаление;
- Г) пробежка.

18. На какой запах реагирует расслаблением перевозбужденная кора головного мозга?

- А) цветочная пыльца;
- Б) кофе;
- В) какао и шоколад;
- Г) корица и апельсин.

19. Какой продукт древние греки называли «пищей богов», а И.В. Мичурин – «хлебом будущего»?

- А) мясо;
- Б) шоколад;
- В) орехи;
- Г) фрукты.

20. Кто такой «шутер»?

- А) игрок команды, специализирующийся на 3-очковых бросках;
- Б) прозвище Шумахера, автогонщика Формулы-1, семикратного чемпиона мира;
- В) человек, который руководит болельщиками на стадионе (кричалки, «волна» и т.д.);
- Г) комбинация в бильярде.

21. Какой вид спорта не относится к национальным видам спорта народов Севера?

- А) метание топора;
- Б) гонки на оленях;
- В) бег с палкой по пересеченной местности;
- Г) лыжная гонка.

22. Укажите, где лазание по деревьям является национальным видом спорта?

- А) в Казахстане;
- Б) в Средней Азии;
- В) у жителей островов Тихого океана;
- Г) у жителей Африки.

23. Выберите танцевальный вид спорта, в котором танец двух соперников или двух соперничающих команд символизирует драку и даже носит название «баттл», что в английском языке означает «битва».

- А) чирлиддинг;
- Б) брейк-данс;
- В) акробатический рок-н-ролл;
- Г) спортивные танцы.

24. В каком документе собраны законы и правила олимпийского движения?

- А) В олимпийском кодексе;
- Б) В олимпийской хартии;
- В) В олимпийском регламенте;
- Г) В олимпийских официальных правилах.

25. Топ-спин - это ...?

- А) технический прием в настольном теннисе, с помощью которого мячу придается верхнее вращение;
- Б) действия ракетки, при котором мяч получает боковое или обратное вращение;
- В) сильный мощный атакующий удар над головой по опускающемуся сверху мячу;
- Г) технический прием в настольном теннисе, с помощью которого мячу придается сильное верхнее вращение.

Количество правильных ответов _____