

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ЭТАПА ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ  
ШКОЛЬНИКОВ ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»  
7-8 КЛАССЫ**

**I тур – теоретико-методический  
Инструкция по выполнению задания в 7-8 классах.**

Вам предлагаются 25 вопросов, соответствующих требованиям к уровню знаний выпускников основной школы повышенного уровня по предмету «Физическая культура».

К каждому вопросу (с 1 по 17) предложено 4 варианта ответа. Среди них содержатся как правильные, так и не правильные ответы. Правильным может быть только один – тот, который наиболее полно соответствует смыслу вопроса.

Внимательно читайте вопросы и предлагаемые варианты ответов. Ваша задача заключается в выборе одного из 4 вариантов ответов, которые, по Вашему мнению, является правильным. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор.

Выбранные варианты отмечаются в бланке ответов: «а», «б», «в» или «г»;

Задания (с 18 по 21) представлены в форме незавершенных утверждений, которые при завершении могут оказаться либо истинными, либо ложными. При выполнении этих заданий необходимо самостоятельно подобрать слово, которое, завершая утверждение, образует истинное высказывание. Подбранное слово вписывается в соответствующую графу бланка ответов.

Задание 22 - 23 дано на сопоставление.

Задания 24 направлено на перечисление каких-либо фактов или явлений.

Задание 25 направлено на решение задачи.

Будьте внимательны, отмечая правильные ответы в бланке.

**Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ.**

**Желаем успеха!**

**Контрольные вопросы по инструкции к тексту:**

**1. Вам понятна инструкция к тесту:**

- а. Да, понятна.
- б. Нет, не понятна.
- в. Не полностью.
- г. Не знаю.

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

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

## Теория 7-8 классы

**1. Назовите Римского императора, который в 394 году н.э. запретил олимпийские соревнования?**

- а) Феодосий I;
- б) Феодосий II;
- в) Нейрон;
- г) Юлиан.

**2. Какой вид соревнований не входил в программу Олимпийских игр Древней Греции? Выберите один правильный ответ.**

- а) метание копья;
- б) метание диска;
- в) прыжки в длину;
- г) марафонский бег.

**3. С какого года летние и зимние Олимпийские игры проходят в разные годы?**

- а) 1896;
- б) 1924;
- в) 1980;
- г) 1994.

**4. Отметьте наиболее эффективный метод воспитания скоростных способностей.**

- а) повторный;
- б) интервальный;
- в) переменный;
- г) круговой.

**5. Какое игровое амплуа у либеро в волейболе?**

Выберите один правильный ответ.

- а) игрок защиты;
- б) капитан команды;
- в) игрок нападения;
- г) запасной игрок.

**6. Показателем реакции сердечно-сосудистой на физическую нагрузку является:**

- а) уровень работоспособности;
- б) учащенное дыхание;
- в) частота пульса;
- г) покраснение или побледнение кожи;
- г) нравственных и эстетических качеств.

**7. Физическая нагрузка в целом характеризуется...**

- а) подготовленностью занимающихся и состоянием их здоровья;
- б) определенной мерой воздействия физических упражнений на организм занимающихся;
- в) количеством повторений двигательных действий;
- г) напряжением определенных мышечных групп.

**8. Мышцы, одновременное напряжение которых при выполнении**

**рассматриваемого движения происходит в противоположном направлении, обозначаются как..... (выбрать правильное завершение из предложенных вариантов)**

- а) антогонисты;
- б) синергисты;
- в) двуглавые;
- г) гладкие.

**9. Какое качество или способность оценивается при выполнении теста «ловля падающей линейки»?**

- а) координация движений;
- б) скоростно-силовые способности;
- в) точность движений;
- г) быстрота двигательной реакции.

**10. Плоскостопие – это:**

- а) деформация стопы, характеризующаяся частичным или полным опущением продольного или поперечного сводов;
- б) состояние свода стопы после перенесенной травмы (вывиха, перелома);
- в) изменение формы стопы вследствие нарушения обмена веществ;
- г) функциональное состояние стопы.

**11. Правильной можно считать осанку, если вы, стоя у стены, касаетесь ее....**

- а) затылком, ягодицами, пятками;
- б) лопатками, ягодицами, пятками;
- в) затылком, спиной, пятками;
- г) затылком, лопатками, ягодицами, пятками.

**12. Как называется сустав, в котором происходит круговые движения рук вперед и назад?**

- а) лучезапястный;
- б) локтевой;
- в) плечевой;
- г) грудино-ключичный.

**13. Освоение двигательного действия следует начинать с...**

- а) формирования представления об общем смысле данного способа решения двигательной задачи;
- б) выполнения двигательного действия в упрощенной форме и в замедленном темпе;
- в) устранения ошибок при выполнении подготовительных и подводящих упражнений;
- г) формирование связей между двигательными центрами, участвующими в данном действии;

**14. Основу двигательных способностей составляют...**

- а) сила, быстрота, выносливость;
- б) методы обучения и воспитания;
- в) функциональные возможности организма;

г) физические качества и двигательные умения.

**15. Дисквалифицированному за допинг спортсмену....**

а) разрешается тренироваться в течение срока действия дисквалификации и участвовать в товарищеских матчах;

б) разрешается тренироваться в течение срока действия дисквалификации и принимать участие в соревнованиях в других видах спорта;

в) не разрешается в течение срока действия дисквалификации принимать участие в организованных тренировочных мероприятиях, а также в соревнованиях любого рода;

г) разрешается продолжать тренироваться в течение срока дисквалификации, но не разрешено принимать участие в соревнованиях любого рода.

**16. Если участник выполнил все нормативы ГТО на «золотой» знак отличия и один из видов на «бронзовый», то какой знак отличия присваивается?**

а) золотой;

б) серебряный;

в) бронзовый;

г) никакой знак отличия не присваивается.

**17. Отметьте, сколько времени отводится на атаку корзины соперника.**

а) 30 секунд;

б) 28 секунд;

в) 24 секунды;

г) 20 секунд.

**18. Недостаток мышечной активности современного человека называют...**

**19. Способ, с помощью которого занимающийся держится за снаряд, в гимнастике называется.....**

**20. Метод организации деятельности занимающихся, предусматривающий последовательное выполнение серии заданий, дозируемых индивидуально на основе максимального теста, называется .....**

**21. Временное снижение работоспособности принято называть .....**

**22. Установите соответствие между видами спорта и программой Олимпийских игр.**

	Программа Олимпийских игр	Виды спорта	
1	Зимние Олимпийские игры	а	спортивная гимнастика
		б	фигурное катание
		в	хоккей на траве
2	Игры Олимпиад (летние игры)	г	прыжки с трамплина
		д	санный спорт
		е	пляжный волейбол

**23. Установите соответствие между физическими качествами и средствами, способствующими их развитию.**

1	Ведение мяча, броски и ловля мяча, равновесие.	а	Сила
2	Махи ногами, руками, повороты, наклоны.	б	Ловкость
3	Длительный бег, туристические пешие походы, плавание.	в	Быстрота.
4	Бег из различных положений на 60 м с максимальной скоростью, выполнение двигательных заданий по сигналу учителя.	г	Гибкость
5	Броски и ловля набивного мяча, приседания, поднятие туловища из виса на гимнастической стенке.	д	Выносливость

**24. На рисунке представлены мячи для разных видов спортивных игр. Укажите виды спорта, которым соответствуют представленные мячи.**

						
1	2	3	4	5	6	7

- а) футбол;
- б) волейбол;
- в) баскетбол;
- г) гандбол;
- д) теннис;
- е) флорбол;
- ж) регби.

**25. Решите задачу.**

Максимальный вес штанги, с которым может присесть учащийся составляет 75 кг. Учитель дает ему задание поставить вес 80% от максимального. Вычислите вес штанги, с которым предстоит присесть учащемуся. (расчеты запишите на бланке).