

МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ по предмету «Физическая культура»

Тестирование уровня знаний в области физической культуры и спорта учащихся 7-8 классов

Инструкция по выполнению заданий

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к минимуму знаний выпускников средней (полной) школы по предмету «Физическая культура».

Задания объединены в 3 группы:

1. Задания в закрытой форме, то есть с предложенными вариантами ответов. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильное завершение из предложенных вариантов, среди которых содержатся как правильные, так и неправильные завершения, а также частично соответствующие смыслу утверждений. Правильным является то, которое наиболее полно соответствует смыслу утверждения.

Выбранные варианты отмечаются зачеркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в» или «г», например:

1 а б в 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 Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 1 балл.

2. Задания в открытой форме, то есть без предложенных вариантов ответов. При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подобранный ответ вписывайте в соответствующую графу бланка ответов.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 1 балла.

3. Задание на соответствие, то есть соответствие предложенных вариантов ответов определенным понятиям, определениям и т.д. При выполнении задания необходимо установить соответствие между видом испытания комплекса ВФСК ГТО и задействованное в данном испытании физическое качество или способность. Ответы вписывайте в соответствующую графу бланка ответов. Жюри оценивает каждую, представленную позицию.

Каждая правильно указанная позиция оценивается в 1 балл. Неправильное указание – 0 баллов.

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

Время выполнения теоретико-методического задания – **45 минут.**

Желаем успеха!

1. Что понимается под физическим развитием?

- а. Комплекс таких показателей, как рост, вес, окружность грудной клетки, жизненная емкость легких, динамометрия.
- б. Уровень, обусловленный наследственностью и регулярностью занятий физической культурой и спортом.
- в. Процесс изменения морфо-функциональных свойств организма на протяжении индивидуальной жизни.
- г. Размеры мускулатуры, форма тела, функциональные возможности дыхания и кровообращения, физическая работоспособность.

2. Как расшифровывается аббревиатура ВФСК ГТО

- а. Всероссийская федерация спортивного комплекса готов трудиться и обороняться
- б. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс готов к труду и обороне
- в. Всемирная федерация спортивного комплекса готов к труду и обороне
- г. Всероссийская федерация спортивного комплекса готов к труду и обороне

3. Правила проведения Олимпийских игр предоставляется:

- а. Стране
- б. Городу
- в. Региону
- г. Континенту

4. Какое количество очков будет засчитано во время игры в баскетбол при попадании в кольцо с линии штрафного броска?

- а. 2
- б. 3

5. Какое физическое качество оценивает бег на 1000 метров?

- а. Выносливость
- б. Силу
- в. Быстроту
- г. Скорость

6. Сколько ступеней ВФСК «ГТО» доступно для школьников?

- а. 5
- б. 6
- в. 7
- г. 8

7. Основной формой подготовки спортсменов является?

- а. сон не менее 8 часов
- б. правильное питание
- в. занятие физической культурой
- г. тренировка

8. Амплитуда движения измеряется в?

- а. Минутах
- б. Секундах
- в. Угловых градусах
- г. Метрах

9. В какой стране пройдут летние Олимпийские игры в 2024 году?

- а. Париж
- б. Америка
- в. Франция

г. Швеция

10. Сколько секунд дается на атаку в баскетболе?

- а. 1 минута
- б. 30 секунд
- в. 15 секунд
- г. 24 секунды

11. Выполнение физических упражнений необходимо?

- а. Всем, начиная с грудного возраста
- б. Только школьникам и студентам
- в. Людям в возрасте от 6 до 50 лет
- г. Людям в возрасте от 7 до 60 лет

12. Какой континент символизирует кольцо зеленого цвета в олимпийской эмблеме?

- а. Австралия
- б. Африка
- в. Азия
- г. Америка



13. Главной причиной нарушения осанки является?

- а. Отсутствие движений во время школьных занятий
- б. Постоянное одинаковое положение
- в. Слабость мышц спины
- г. Ношение сумки (портфеля) на одной руке

14. Какое максимальное количество передач допускает совершить команде во время игры в волейбол?

- а. Одну
- б. Две
- в. Три
- г. Четыре

Задания в открытой форме

15. Временное снижение работоспособности принято называть... **В бланк ответа запишите название в творительном падеже.**

16. Вид культуры, представляющий собой специфический процесс и результат человеческой деятельности, средство и способ физического совершенствования человека для выполнения социальных обязанностей называют? **В бланк ответа запишите ответ в именительном падеже.**

Задания на соответствие

17. Соотнесите испытания комплекса ВФСК «ГТО» с физическими способностями, задействованными в них.

1. Бег 2 км	а. Гибкость
2. Подтягивания	б. Выносливость
3. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами	в. Силовые способности
4. Метание мяча в цель	г. Координационные способности

**Вы закончили выполнение задания.
Поздравляем!**