

**Всероссийская олимпиада школьников по физической культуре**  
**Муниципальный этап**  
**7–8-е классы**

Код участника    ФК - \_\_\_\_\_

**1. Кто из свободнорождённых греков не мог принимать участие в Олимпийских играх?**

- А. Правители.                      Б. Женщины.                      В. Купцы.                      Г. Военные.

**2. Как назывался спортивный комплекс, который после общественного обсуждения был утверждён и стал нормативной основой системы физического воспитания в СССР начиная с 11 марта 1931 года?**

- А. БГТО.                      Б. ВФСК.                      В. ГТО.                      Г. СФСК.

**3. Уровень освоения действия, которое сопровождается управлением с помощью мышления, называется:**

- а) двигательное умение,                      б) двигательное действие,  
в) физическое развитие,                      г) двигательный навык.

**4. Какой показатель характеризует уровень силы мышц предплечья?**

- А. Спирометрия.                      Б. Пульсометрия.  
В. Динамометрия.                      Г. Тонометрия.

**5. Группа, которая формируется из учащихся без отклонений в состоянии здоровья, имеющих достаточную физическую подготовленность, называется:**

- а) физкультурная группа,  
б) основная медицинская группа,  
в) спортивная группа,  
г) здоровая медицинская группа.

**6. Под физическим развитием понимается:**

- а) процесс изменения морфофункциональных свойств организма на протяжении жизни;  
б) размеры мускулатуры, форма тела, функциональные возможности дыхания и кровообращения, физическая работоспособность;  
в) процесс совершенствования физических качеств при выполнении физических упражнений;  
г) уровень, обусловленный наследственностью и регулярностью занятий физической культурой и спортом.

**7. Физические качества – это:**

- а) индивидуальные особенности, определяющие уровень двигательных возможностей человека;  
б) врождённые (унаследованные генетически) морфофункциональные свойства, обуславливающие физическую активность человека;  
в) комплекс различных проявлений человека в определённой двигательной деятельности;  
г) комплекс способностей занимающихся физической культурой и спортом, выраженных в конкретных результатах.

**8. Какие фазы выделяют в физическом упражнении?**

- А. Первичная, основная, заключительная.  
Б. Подготовительная, основная, заключительная.  
В. Начальная, ведущая, заключительная.  
Г. Подготовительная, центральная, завершающая.

**9. Отметьте в бланке вариант ответа, в котором указаны задачи, решаемые в процессе реализации общей цели физического воспитания.**

- |                            |                             |
|----------------------------|-----------------------------|
| 1. Адаптационные задачи.   | 2. Воспитательные задачи.   |
| 3. Гигиенические задачи.   | 4. Двигательные задачи.     |
| 5. Методические задачи.    | 6. Образовательные задачи.  |
| 7. Оздоровительные задачи. | 8. Соревновательные задачи. |

А. 1, 5, 7.

Б. 2, 5, 8.

В. 2, 6, 7.

Г. 3, 4, 6.

**10. Здоровье человека прежде всего зависит:**

- а) от наследственности,
- б) состояния окружающей среды,
- в) деятельности учреждений здравоохранения,
- г) образа жизни.

**11. Расстояние, пройденное лыжником с момента постановки маховой ноги на снег до начала отталкивания:**

- а) длина скользящего шага,
- б) траектория скользящего шага,
- в) амплитуда скользящего шага,
- г) проекция скользящего шага.

**12. Физиологический изгиб в грудном и крестцовом отделе:**

- а) лордоз,
- б) остеохондроз,
- в) сколиоз,
- г) кифоз.

**13. Игра в городки заключается в выбивании фигур, построенных из пяти городков, с ограниченной площадки, называемой:**

- а) база,    б) город,    в) пригород,    г) кон.

**14. Для обозначения координат на шахматной доске используются буквы и цифры. Буквами обозначают:**

- а) диагонали,
- б) горизонтали,
- в) первую вертикаль,
- г) вертикали.

**15. Спортсмены с нарушением слуха, зрения и опорно-двигательного аппарата участвуют в международных спортивных соревнованиях, которые называются:**

- а) Игры Паралимпийцев,
- б) Игры Паралимпиады,
- в) Паралимпийские игры,
- г) Адаптивные игры.

**16. Сколько точек для вбрасывания шайбы на площадке для игры в хоккей?**

А. 4 точки.

Б. 5 точек.

В. 8 точек.

Г. 9 точек.

**17. Какие цвета используются в боксе для обозначения углов ринга?**

- А. Красный, синий.
- Б. Синий, белый.
- В. Красный, синий, белый.
- Г. Синий, зелёный, белый.

**18. Мышечная система человека состоит из белых и красных мышечных волокон. Красные мышечные волокна (медленно сокращающиеся) предназначены:**

- а) для выполнения кратковременной работы,
- б) выполнения длительной работы,
- в) работы в изометрическом режиме (статика),
- г) выполнения смешанной работы.

**19. Обеспечение безопасности во время выполнения упражнения, осуществляемое тренером или товарищем по команде, принято называть:**

- а) техника безопасности,
- б) страховка,
- в) самостраховка,
- г) безопасность жизнедеятельности.

**20. Важнейшим показателем кровообращения, характеризующим функциональное состояние сердца, является артериальное давление. Повышенное давление называется:**

- а) гипертония,
- б) изотония,
- в) гипотония,
- г) минитония.

**21. Согнутое положение тела, при котором колени подтянуты к плечам, локти прижаты к туловищу, а кисти захватывают середину голени, называется**

\_\_\_\_\_

**22. Суммарное количество двигательных действий, выполняемых человеком в процессе повседневной жизни обозначается как**\_\_\_\_\_

**23. Процесс, происходящий в организме во время отдыха после выполнения определённой работы, называется** \_\_\_\_\_

**24. На 138-й сессии Международного олимпийского комитета было единогласно принято решение впервые в истории изменить олимпийский девиз. К фразе «Быстрее, выше, сильнее...» было добавлено слово «\_\_\_\_\_».**

**25. Решите задачу.** На спортивные соревнования «Вечерняя миля» в первый день зарегистрировались участники забега. В последний день «вышли» (отказались от участия) 24 спортсмена и зарегистрировались в 2 раза меньше, чем вышло. В соревнованиях участвовало 67 человек. Сколько участников зарегистрировалось первоначально?  
**Решение задачи необходимо записать.**