

Всероссийская олимпиада школьников по физической культуре
муниципальный этап 2024 год
теоретико-методическое задание
7-8 класс

Задания в закрытой форме.

1. *Высшим органом Олимпийского Комитета России (ОКР) является ...*
 - а. Бюро ОКР.
 - б. Исполнительный комитет.
 - в. Совет федераций видов спорта.
 - г. Олимпийское собрание.
2. *Теоретический материал учебного предмета «Физическая культура» в общеобразовательной школе включает ...*
 - а. фундаментальные знания общетеоретического характера.
 - б. инструктивно-методические знания.
 - в. знания о правилах выполнения двигательных действий.
 - г. все перечисленное.
3. *Специфическим предметом обучения в процессе физического воспитания являются ...*
 - а. физические упражнения.
 - б. факты, понятия, термины.
 - в. закономерности биомеханики.
 - г. двигательные действия.
4. *Необходимость совершенствования физических возможностей человеческого сообщества исторически обусловила формирование ...*
 - а. физических упражнений.
 - б. физического воспитания.
 - в. физической культуры.
 - г. видов спорта.
5. *Двигательная активность, стимулирующая физическое развитие человека, обозначается, как ...*
 - а. совершенствование.
 - б. физическая культура.
 - в. упражнение.
 - г. физическое воспитание.
6. *Оздоровительный эффект физического воспитания достигается в результате ...*
 - а. обеспечения полноценного физического развития.
 - б. закаливания и физиотерапевтических процедур.
 - в. формирования двигательных умений и навыков.
 - г. совершенствования телосложения.
7. *Форма физического упражнения представлена его ...*
 - а. физиологическими и прочими сдвигами в организме.
 - б. кинематическими характеристиками.
 - в. внутренней и внешней структурой.
 - г. содержанием.
7. *Скоростные упражнения целесообразно сочетать с упражнениями «на ...*
 - а. координацию».
 - б. силу».
 - в. выносливость».
 - г. гибкость».
9. *Основу совершенствования координационных способностей составляют методы ...*
 - а. воспитания физических качеств.
 - б. обучения двигательным действиям.
 - в. строго регламентированных упражнений.
 - г. использования контрастных и сближаемых заданий.

10. Прикладная направленность физического воспитания подчеркивается в понятии ...

- а.** «физическая подготовка».
б. «физическая культурность».

11. Базовая физическая культура наиболее полно представлена в ...

- а. профессионально-прикладной физической культуре.
б. системе образования - воспитания.
в. адаптивной физической культуре.
г. в школьной физической культуре.

12. Здоровый стиль жизни – это ...

- а.** выполнение человеком социальных, профессиональных и биологических функций.
- б.** «личностный стержень», являющийся мотивацией поведения.
- в.** деятельность по достижению здорового образа жизни.
- г.** побудительный стимул к здоровому образу жизни.

13. Функциональные изменения в организме, фиксируемые в конце занятия физическими упражнениями, принято обозначать, как ...

- а.** тренировочный эффект.
б. утомление.
в. недовосстановление.
г. оперативное состояние.

14. Подводящие упражнения, используемые в процессе физического воспитания, преимущественно направлены на...

- а.** изменение оперативного состояния
- б.** формирование двигательных умений.
- в.** совершенствование двигательных навыков.
- г.** достижение определенного уровня развития.

15. Для совершенствования скоростных способностей малоэффективны упражнения, ...

- а. способствующие снижению веса тела.
- б. объединенные в форме круговой тренировки.
- в. способствующие повышению частоты движений.
- г. совершенствующие координационные способности.

16. Основой методики обучения двигательным действиям является обеспечение ...

- а.** цикличности выполнения упражнений.
- б.** возрастной адекватность нагрузки.
- в.** доступности и индивидуализации предлагаемых заданий.
- г.** постепенного повышения силы воздействия.

17. Основой методики воспитания физических качеств является обеспечение ...

- а.** возрастной адекватности нагрузки
б. цикличности выполнения упражнений.
в. постепенного повышения силы воздействия.
г. доступности и индивидуализации предлагаемых заданий.

18. При воспитании абсолютной силы наиболее популярен метод ...

- а. повторных усилий.
б. вариативного упражнения.

19. Величина физической нагрузки является производной от ...

- а.** количества повторений упражнений и их продолжительности.
- б.** скорости, темпа и мощности движений.
- в.** её концентрации во времени.
- г.** её объема и интенсивности.

20. Количество повторений на этапе начального разучивания движений ...

- а.** обычно приближается к повторному максимуму.
- б.** должно приводить к заметному утомлению.
- в.** стимулирует рост энергозатрат.
- г.** сравнительно невелик.

21. Собственно силовые способности характеризуются ...

- а.** соотношением показателей абсолютной силы к собственному весу.
- б.** продолжительностью фаз напряжений и расслаблений.
- в.** количеством максимальных усилий в занятии.
- г.** импульсом силы.

22. Люди, систематически занимающиеся физическими упражнениями в сочетании с использованием оздоровительных сил природы, отличаются ... устойчивостью.

- а.** фагоцитарной...
- б.** специфической...
- в.** неспецифической...
- г.** бактерицидной...

Задания в открытой форме

Завершите утверждение, вписав соответствующее слово в бланк ответов

33. Система измерений и исследований в антропологии линейных размеров и других физических характеристик тела человека (рост, масса, плотность, окружности и тому подобное) обозначается, как ...

34. Сохранение равновесия тела путем изменения положения его отдельных звеньев обозначается, как ...

35. Наука о проявлениях здоровья, закономерностях и механизмах его формирования, сохранения и укрепления обозначается, как ...

36. Красный дыхательный пигмент эритроцитов, участвующий в переносе кислорода от органов дыхания к тканям и углекислого газа от тканей к дыхательным органам, обозначается, как ...

37. Начальная стадия шахматной и шашечной партии, во время которой соперники развивают фигуры (шашки) из исходного положения так, чтобы придать желаемый характер дальнейшему течению игры, обозначается, как ...

38. Все разновидности борьбы, бокса, фехтования, характеризующиеся контактным противоборством двух соперников в бою или поединке, регламентированном правилами соревнований, обозначаются, как ...

39. Органические вещества, входящие в состав биологических мембран, образующие энергетический запас, создающие защитные и термоизоляционные покровы, выполняющие гормональные функции, участвующие в механизме мышечных сокращений, обозначаются, как ...

40. Прохождение дистанции группой спортсменов, выделенных из общего числа участников путём жеребьёвки или по предварительным данным и стартующих одновременно, обозначается, как ...