РЕСПУБЛИКАНСRАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Теоретико-методические задания 7-8 классы

Инструкция по выполнению задании

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к минимуму знании по предмету «Физическая культура».

1. Задания в закрытои форме, то есть с предложенными вариантами ответов, из которых один только правильныи, либо наиболее полно соответствует смыслу утверждения. При выполнении этих задании необходимо выбрать правитныи вариант из предложенных вариантов. Выбранныи вариант отмечается, зачеркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов. «а», «6», «в» или «г».

Внимательно читаите задания и предлагаемые варианты ответов. Стараитесь не угадывать, а логически обосновывать сделанныи Вами выбор. Пропускаите незнакомые задания, вместо их выполнения путем догадки. Это позволит сэкономить время для выполнения других задании. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.

*Правильно выполненные задания этои группы оцениваются в 1 балл. В заданиях*

*оценивается в 0,25 балла,- каждын неправшіьнын ответ — минус 0,25 балла. Если все ответы правильные, то участнику начисяяется 1 балл.*

1. Задания в открытои форме, то есть без предложенных вариантов ответа. При

выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подобранное определение вписываите в соответствующую графу бланка ответов.

*Каждое правильно выполненное задание этои группы оценивается в 2 балла.*

1. Задания в форме, предполагающеи сопоставление, установление соответствия между позициями двух представленных списков. Цифры, обозначающие позиции однот списка, в бланке ответов добавьте к позициям другого списка, обозначенным буквами.

*Правильно указанные позиции задание этон группы оцениваются в 0,5 балла. Неправильно указанные позиции оцениваются в минус 0,5 батіа. Полноценно выполненное задание этои группы оценивается в 3 балла.*

1. Задания в форме, предполагающеи перечисление известных Вам показателеи, характеристик, факторов, средств, методов, правил, приемов и тому подобного. Записи выполняются на бланке ответов. Записи должны быть разборчивыми.

*Полноценно выполненное задание этон группы оценивается в 3 балла.*

Контролируите время выполнения задании. Время выполнения задании — 45 минут.

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

**Rонтрольные вопросы по инструкции** к заданию:

1. Инструкция к тесту вам понятна? А) да понятна, Б) понятна отчасти,

В) понятна не полностью, Г) не понятна.

1. Вы хотели бы задать вопросы для уточнения задания? А) да Б) нет

Желаем успеха!

# Теоретико-методические задания муниципального этапа республиканской олимпиады школьников

по физической культуре 7-8 классы

*Задания в закрытой форме*

1. Впервые в **истории человечества Олимпийские игры состоялись:**

а) в V веке до нашей эры

* 1. в 776 году до нашей эры

в) в I веке нашей эры

г) в 394 году нашей эры

1. Первые **Олимпийские игры современности проводились:**

а) в 1894 г.

6) в 1896 г.

в) в 1900 г.

г) в 1904 г.

1. **Инициатором возрождения Олимпийских игр современности является:**

а) Римский император Феодосий I

* 1. философ-мыслитель древности Аристотель в) барон Пьер де Кубертен

г) Хуан Антонио Самаранч

1. Юрий Борзаковский — **чемпион XXVIII Олимпийских игр** в Афинах:

а) в акробатике

* 1. в беге

в) в плавании

г) в прыжках

1. **Первая российская спортсменка** — **лыжница, удостоенная высокого звания Героя России:**

а) Любовь Егорова

* 1. Лариса Лазутина в) Раиса Сметанина г) Юлия Чепалова

1. **Вячеслав Веденин, Галина** Кулакова, Ольга **Данилова,** Александр

Легков — **чемпионы Олимпийских игр:**

а) в плавании

* 1. в лыжных гонках в) в биатлоне

г) в скелетоне

1. **Знаменитый лыжник-гонщик из Татарстана, завоевавший** золотую медаль в эстафете 4x10 км **на Олимпийских играх** 1972 года в Саппоро **(Япония):**

а) Владимир Воронков

* 1. Николай Зимятов в) Юрий Скобов

г) Фёдор Симашев

1. Лыжное двоеборье включает в себя:

а) спринтерскую гонку и гонку на 15 км

* 1. лыжные гонки классическими и коньковыми ходами в) лыжную гонку и прыжки с трамплина

г) лыжную гонку и скоростной спуск

# В комплексном плавании спортсмен преодолевает дистанцию

четырьмя способами:

а) кроль на груди, кроль на спине, брасс, баттерфляй

* 1. брасс, кроль на спине, баттерфляй, кроль на груди в) кроль на спине, брасс, кроль на груди, баттерфляй г) баттерфляй, кроль на спине, брасс, кроль на груди

1. Система специальных упражнений для растягивания мышц и повышения подвижности в суставах называется:

а) бодибилдинг

* 1. скиппинг в) стретчинг г) шейпинг

1. Бег трусцой на местности называется: а) кросс
   1. фартлек в) скипинг г) джоггинг
2. Бег на длинные дистанции развивает: а) гибкость
   1. ловкость в) быстроту

г) выносливость

1. Физкультурные паузы в режиме дня способствуют: а) закаливанию организма
   1. достижению максимума физического развития в) снижению возбуждения нервной системы

г) повышению эффективности обучения

1. Размеры волейбольной площадки составляют: а) 6х9 м

6) 9x12 м

в) 8x16 м г) 9x18 м

1. Подача в волейболе считается правильной, если она выполнена: а) через десять секунд после свистка судьи
   1. в левом или правом углу площадки

в) игроком задней линии

г) ударом рукой по мячу, находящемуся в воздухе

# Беговые дорожки между участниками в беге на короткие дистанции

распределяются:

а) по результатам жеребьёвки

* 1. по усмотрению главного секретаря в) по очерёдности поступления заявок

г) по усмотрению помощника стартера или стартера

1. Потребность в физическом совершенствовании относится к категории:

а) биологических потребностей

* 1. мотивов в) привычек г) убеждений

1. К показателям физической подготовленности относятся: а) сила, быстрота, выносливость
   1. рост, вес, окружность грудной клетки в) артериальное давление, пульс

г) частота сердечных сокращений, частота дыхания

1. К физкультурно-оздоровительным мероприятиям в режиме учебного

а) утренняя гигиеническая гимнастика

* 1. физкультурные праздники и соревнования

в) физкультурные минутки на уроках и физкультурные паузы г) спортивные викторины и конкурсы

# Основу гимнастики до занятий составляют:

а) дыхательные упражнения

* 1. общеразвивающие упражнения в) подводящие упражнения

г) подготовительные упражнения

1. Наиболее информативным, объективным и широко используемым в практике физического воспитания и спорта показателем реакции организма на физическую нагрузку, является:

а) время выполнения двигательного действия

* 1. продолжительность сна

в) частота сердечных сокращений г) коэффициент выносливости

1. Оздоровительный эффект на занятиях для детей подросткового возраста достигается:

а) при выполнении упражнений с интенсивностью выше порога

анаэробного обмена

* 1. при изменении количества повторений одного и того же упражнения

в) при проведении занятий на обычной, увеличенной и уменьшенной

# г) при выполнении упражнений аэробной направленности средней и большой интенсивности

1. В период обучения в общеобразовательной школе физическое воспитание осуществляется в форме:

а) обязательных уроков физической культуры

* 1. внеклассных занятий

в) занятий в системе дополнительного образования г) прогулок и дискотек

## *(Ответьте все варианты)*

1. В легкой атлетике основными способами прыжка в длину с разбега

а) согнув ноги

* 1. ножницы в) согнувшись

г) прогнувшись

*(Ответьте все варианты)*

1. Кинематическими характеристиками движений являются: а) скорость
   1. темп

в) амплитуда г) сила тяги

*(Ответьте все варианты)*

*Задания в открытой форме*

1. Прыжковые упражнения на одной или двух ногах для совершенствования

П]ЗЫГ ЧeGTИ И СИЛЫ НОГ НіlЗЫВЗЮТGЯ

1. Восстановление функций организма после перенесенных заболеваний или травм называется
2. Субъективное ощущение состояния своего здоровья, физических и

Д ХОВНЫХ GИЛ НіlЗЫВЗeT GЯ

*Задание на установление соответствия*

1. Остановите соответствие между именами татарстанских спортсменов, добившихся выдающихся результатов на Олимпийских играх, и видами спорта, в которых они добились:

|  |  |
| --- | --- |
| Фамилия, имя спортсмена | Вид спорта |
| 1. Галкина-Самитова Гульнара | а) лыжные гонки |
| 2. Колесников Николай | 6) легкая атлетика |
| 3. Колесникова Анастасия | в) синхронное плавание |

|  |  |
| --- | --- |
| 4. Курынов Александр | г) фехтование |
| 5. Никонова Валентина | д) тяжелая атлетика |
| 6. Симашев Федор | е) тяжелая атлетика |
| 7. Хасянова Эльвира | ж) спортивная гимнастика |

## *Задание на перечисление*

1. Перечислите города Российской Федерации, где пройдут игры чемпионата мира по футболу в 2018 году:

# Вы закончили выполнение заданий.

Поздравляем

БЛАНК ДЛЯ OTBETOB

Теоретико-методические задания

# муниципального этапа республиканской олимпиады школьников по физической культуре

7-8 классы

 

# Задания в закрытой форме

Дата

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | а | 6 | в | г | 11 | а | 6 | в | г 21 | | а | 6 | в | г |
| 2 | а | 6 | в | г | 12 | а | 6 | в | г 22 | | а | 6 | в | г |
| 3 | а | 6 | в | г | 13 | а | 6 | в | г 23 | | а | 6 | в | г |
| 4 | а | 6 | в | г | 14 | а | 6 | в | г 24 | | а | 6 | в | г |
| 5 | а | 6 | в | г | 15 | а | 6 | в | г 25 | | а | 6 | в | г |
| 6 | а | 6 | в | г | 16 | а | 6 | в | г |  | | | | |
| 7 | а | 6 | в | г | 17 | а | 6 | в | г |
| 8 | а | 6 | в | г | 18 | а | 6 | в | г |
| 9 | а | 6 | в | г | 19 | а | 6 | в | г |
| 10 | а | 6 | в | г | 20 | а | 6 | в | г |

# Задания в открытой форме

26

27

28

Задание на установление соответствия

29

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|  |  |  |  |  |  |  |

Задание на перечисление

# 30.

