

**РЕСПУБЛИКАНСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ
ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»
Теоретико-методические задания
7-8 классы**

Инструкция по выполнению заданий

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

1. Задания в закрытой форме, то есть с предложенными вариантами ответов, из которых один только правильный, либо наиболее полно соответствует смыслу утверждения. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильный вариант из предложенных вариантов. Выбранный вариант отмечается, зачеркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в» или «г».

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте незнакомые задания, вместо их выполнения путем догадки. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 1 балл. В заданиях с несколькими вариантами ответа каждый правильный ответ оценивается в 0,25 балла; каждый неправильный ответ – минус 0,25 балла. Если все ответы правильные, то участнику начисляется 1 балл.

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

Каждое правильно выполненное задание этой группы оценивается в 2 балла.

3. Задания в форме сопоставления, предполагающей сопоставление соответствия между позициями двух представленных списков. Цифры, обозначающие позиции одного списка, в бланке ответов добавьте к позициям другого списка, обозначенным буквами.

Правильно указанные позиции заданий этой группы оцениваются в 0,5 балла. Неправильно указанные позиции оцениваются в минус 0,5 балла. Полноценно выполненное задание этой группы оценивается в 3 балла.

4. Задания в форме перечисления известных Вам показателей, характеристик, факторов, средств, методов, правил, приемов и тому подобного. Записи выполняются на бланке ответов. Записи должны быть разборчивыми.

Полноценно выполненное задание этой группы оценивается в 3 балла.

Контролируйте время выполнения заданий. **Время выполнения заданий – 45 минут.**

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

Контрольные вопросы по инструкции к заданию:

1. Инструкция к тесту вам понятна?

- А) да понятна, Б) понятна отчасти,
В) понятна не полностью, Г) не понятна.

2. 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
- б) в 776 году до нашей эры
- в) в I веке нашей эры
- г) в 394 году нашей эры

2. Первые Олимпийские игры современности проводились:

- а) в 1894 г.
- б) в 1896 г.
- в) в 1900 г.
- г) в 1904 г.

3. Инициатором возрождения Олимпийских игр современности является:

- а) Римский император Феодосий I
- б) философ-мыслитель древности Аристотель
- в) барон Пьер де Кубертен
- г) Хуан Антонио Самаранч

4. Юрий Борзаковский – чемпион XXVIII Олимпийских игр в Афинах:

- а) в акробатике
- б) в беге
- в) в плавании
- г) в прыжках

5. Первая российская спортсменка – лыжница, удостоенная высокого звания Героя России:

- а) Любовь Егорова
- б) Лариса Лазутина
- в) Раиса Сметанина
- г) Юлия Чепалова

6. Вячеслав Веденин, Галина Кулакова, Ольга Данилова, Александр Легков – чемпионы Олимпийских игр:

- а) в плавании
- б) в лыжных гонках
- в) в биатлоне
- г) в скелетоне

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

- а) Владимир Воронков

- б) Николай Зимятов
- в) Юрий Скобов
- г) Фёдор Симашев

8. Лыжное двоеборье включает в себя:

- а) спринтерскую гонку и гонку на 15 км
- б) лыжные гонки классическими и коньковыми ходами
- в) лыжную гонку и прыжки с трамплина
- г) лыжную гонку и скоростной спуск

9. В комплексном плавании спортсмен преодолевает дистанцию четырьмя способами:

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

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

- а) бодибилдинг
- б) скиппинг
- в) стретчинг
- г) шейпинг

11. Бег трусцой на местности называется:

- а) кросс
- б) фартлек
- в) скиппинг
- г) джоггинг

12. Бег на длинные дистанции развивает:

- а) гибкость
- б) ловкость
- в) быстроту
- г) выносливость

13. Физкультурные паузы в режиме дня способствуют:

- а) закаливанию организма
- б) достижению максимума физического развития
- в) снижению возбуждения нервной системы
- г) повышению эффективности обучения

14. Размеры волейбольной площадки составляют:

- а) 6x9 м
- б) 9x12 м
- в) 8x16 м
- г) 9x18 м

15. Подача в волейболе считается правильной, если она выполнена:

- а) через десять секунд после свистка судьи
- б) в левом или правом углу площадки

- в) игроком задней линии
- г) ударом рукой по мячу, находящемуся в воздухе

16. Беговые дорожки между участниками в беге на короткие дистанции распределяются:

- а) по результатам жеребьёвки
- б) по усмотрению главного секретаря
- в) по очередности поступления заявок
- г) по усмотрению помощника стартера или стартера

17. Потребность в физическом совершенствовании относится к категории:

- а) биологических потребностей
- б) мотивов
- в) привычек
- г) убеждений

18. К показателям физической подготовленности относятся:

- а) сила, быстрота, выносливость
- б) рост, вес, окружность грудной клетки
- в) артериальное давление, пульс
- г) частота сердечных сокращений, частота дыхания

19. К физкультурно-оздоровительным мероприятиям в режиме учебного дня школы относятся:

- а) утренняя гигиеническая гимнастика
- б) физкультурные праздники и соревнования
- в) физкультурные минутки на уроках и физкультурные паузы
- г) спортивные викторины и конкурсы

20. Основу гимнастики до занятий составляют:

- а) дыхательные упражнения
- б) общеразвивающие упражнения
- в) подводящие упражнения
- г) подготовительные упражнения

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

- а) время выполнения двигательного действия
- б) продолжительность сна
- в) частота сердечных сокращений
- г) коэффициент выносливости

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

- а) при выполнении упражнений с интенсивностью выше порога анаэробного обмена
- б) при изменении количества повторений одного и того же упражнения

в) при проведении занятий на обычной, увеличенной и уменьшенной площади

г) при выполнении упражнений аэробной направленности средней и большой интенсивности

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

а) обязательных уроков физической культуры

б) внеклассных занятий

в) занятий в системе дополнительного образования

г) прогулок и дискотек

(Отметьте все варианты)

24. В легкой атлетике основными способами прыжка в длину с разбега являются:

а) согнув ноги

б) ножницы

в) согнувшись

г) прогнувшись

(Отметьте все варианты)

25. Кинематическими характеристиками движений являются:

а) скорость

б) темп

в) амплитуда

г) сила тяги

(Отметьте все варианты)

Задания в открытой форме

26. Прыжковые упражнения на одной или двух ногах для совершенствования прыгучести и силы ног называются ...

27. Восстановление функций организма после перенесенных заболеваний или травм называется ...

28. Субъективное ощущение состояния своего здоровья, физических и духовных сил называется ...

Задание на установление соответствия

29. Установите 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	б) 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

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

Вы закончили выполнение заданий.

Поздравляем

БЛАНК ДЛЯ ОТВЕТОВ
Теоретико-методические задания
муниципального этапа республиканской олимпиады школьников
по физической культуре
7-8 классы

Шифр _____

Дата _____

Задания в закрытой форме

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