

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ
ШКОЛЬНОГО ЭТАПА ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ
ШКОЛЬНИКОВ ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»
7-8 КЛАССЫ**

Задания в закрытой форме

1. Чем известен Пьер де Кубертен?

- а) Он был первым олимпийским чемпионом.
- б) Он возродил олимпийские игры.
- в) Он ввёл панкратион в программу Олимпийских игр.
- г) Он был первым президентом Международного олимпийского комитета.

2. Восьмикратный олимпийский чемпион, установивший восемь мировых рекордов, «самый быстрый человек на земле».

- а) Валерий Борзов;
- б) Усэйн Болт;
- в) Карл Льюис;
- г) Джесси Оуэнс.

3. В какие годы не проводились Игры Олимпиад в период II мировой войны?

- а) 1936г., 1940г., 1944г.;
- б) 1940г., 1944г.;
- в) 1936г., 1940г.;
- г) 1936г., 1940г., 1944г., 1948г.

4. Героем Олимпийских игр 1896 г. стал победитель в марафонском беге...

- а) Джеймс Конноли;
- б) Спиридон Луис;
- в) Роберт Гаррет;
- г) Альфред Хайош

5. Основным документом, регламентирующим олимпийское движение, является:

- а) Положение о проведении Олимпийских игр
- б) Правила Олимпийских игр
- в) Олимпийская хартия;
- г) Положение о Международном олимпийском комитете (МОК)

6. Что является основным средством физической культуры?

- а) физические упражнения;
- б) спортивное оборудование;
- в) спортивный инвентарь;
- г) закаливание.

7. Как называется вращательное движение тела прыжком с полным переворачиванием через голову без промежуточной опоры на руки?

- а) фляк;
- б) переворот в сторону;
- в) рондат;
- г) сальто.

8. Как терминологически правильно называется «прыжок через козла»?

- а) прыжок в длину;
- б) прыжок в высоту;
- в) опорный прыжок;

г) прыжок в глубину

9. Какое физическое качество преимущественно воздействует на функциональные системы организма?

- а) выносливость
- б) сила
- в) быстрота
- г) ловкость

10. Какие упражнения нужно использовать для снижения избыточной массы тела?

- а) сложно-координационные;
- б) циклические;
- в) скоростно-силовые;
- г) статические.

11. Сколько ступеней различают при сдаче ВФСК «Готов к труду и обороне»?

- а) 9
- б) 10
- в) 11
- г) 13

12. В каком году впервые был введен физкультурный комплекс «Готов к труду и обороне»?

- а) в 1917 г.
- б) в 1931 г.
- в) в 1952 г.
- г) в 1978 г

13. Разновидностью какой спортивной игры является стритбол?

- а) баскетбол
- б) волейбол
- в) гандбол
- г) регби

14. Под физическим развитием понимается:

- а) комплекс таких показателей как рост, вес, окружность грудной клетки, жизненная емкость легких, динамометрия
- б) процесс изменения морфофункциональных свойств организма на протяжении индивидуальной жизни
- в) уровень, обусловленный наследственностью и регулярностью занятий физической культурой и спортом
- г) размеры мускулатуры, форма тела, функциональные возможности дыхания и кровообращения, физическая работоспособность

15. Результат прыжка в длину измеряют:

- а) от ближайшей к планке следа, оставленного на песке любой частью тела до планки;
- б) от дальнего следа, оставленного на песке любой частью тела до планки;
- в) от следа, оставленного на песке стопами до планки;
- г) от планки до точки следа, оставленного на песке любой частью тела.

16. Функциональные возможности внешнего дыхания характеризуют:

- а) частота сердечных сокращений (ЧСС) при стандартной нагрузке;
- б) максимальное потребление кислорода (МПК);
- в) наличие одышки при выполнении теста;
- г) величина жизненной ёмкости легких (ЖЕЛ).

17. Двигательное действие, направленное на реализацию задач физического воспитания, сформированное и организованное по его закономерностям - это:

- а) двигательные задачи;
- б) физическая нагрузка;
- в) элементарное двигательное действие;
- г) физическое упражнение.

18. Сколько игроков одной команды одновременно может находиться на поле в футболе?

- а) 7;
- б) 9;
- в) 11;
- г) 15.

19. Изометрические упражнения преимущественно применяются при совершенствовании:

- а) силовых способностей
- б) скоростных способностей
- в) координационных способностей
- г) общей выносливости

20. По правилам соревнований баскетболист, получивший 5 персональных замечаний, удаляется:

- а) на две минуты
- б) на десять минут
- в) до конца четверти
- г) до конца встречи

21. Для обеспечения правильного дыхания в плавания кролем на груди, для вдоха голова поворачивается в сторону:

- а) правой руки
- б) гребущей руки
- в) левой руки
- г) вперед

22. Как называется приспособление организма к неблагоприятным условиям внешней среды?

- а) восстановление;
- б) закаливание;
- в) подготовка;
- г) нагрузка

Задания в открытой форме

23. Пятиборье в программе античных Игр Олимпиады, включавшее бег на один стадий, метание диска, метание копья, прыжок в длину и борьбу, называлось – ...

24. Как терминологически верно называется прыжок с брусьев в гимнастике?

25. Площадка для тенниса называется – ...

26. Зона относительной мощности физической работы, в пределах которой частота сердечных сокращений не превышает 130 уд/мин, называется – ...

27. Комплексные соревнования, проводимые по нескольким видам спорта, называются – ...

Задание на перечисление

28. Для эффективного решения задач урока по физической культуре используется спортивный инвентарь, какие виды спортивного инвентаря имеются в вашей школе?

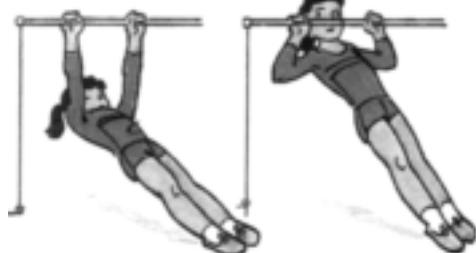
Задание на установление соответствия

29. Установите соответствие между известными татарстанскими спортсменами, добившимися выдающихся результатов на Олимпийских играх, и видами спорта, в которых они добились:

Фамилия, имя спортсмена		Вид спорта
1. Алия Мустафина	А	хоккей
2. Юлия Ефимова	Б	фигурное катание
3. Игорь Акинфеев	В	плавание
4. Александр Овечкин	Г	спортивная гимнастика
5. Алина Загитова	Д	футбол
6. Елена Исенбаева	Е	легкая атлетика

Задание с изображениями

30. Установите соответствие между изображениями контрольных упражнений и физическими качествами, которые они оценивают:

 1.	А) Ловкость
 2.	Б) Выносливость
 3.	В) Гибкость
 4.	Г) Сила

**Вы закончили выполнение заданий.
Поздравляем!**