

Олимпиада по физической культуре . Школьный этап.

Теоретический тур

Тестовые задания к школьному этапу всероссийской олимпиады школьников по физической культуре для 7-8 классов.

При выполнении заданий с выбором ответа обведите кружком номер одного правильного ответа.

Инструкция по выполнению заданий

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к уровню знаний учащихся общеобразовательных школ по предмету «Физическая культура». Задания объединены в 2 группы:

1. Задания в закрытой форме, то есть с предложенными вариантами ответов. При выполнении этих заданий необходимо выбрать один из предложенных вариантов. Среди них содержатся как правильные, так и неправильные завершения, а также частично соответствующие смыслу утверждения. Правильным является только одно – то, которое наиболее полно соответствует смыслу утверждения.

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте незнакомые задания. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий.

Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 1 балл.

2. Задания в открытой форме, то есть без предложенных вариантов ответов. При выполнении этих заданий необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подбранное определение вписывайте в соответствующую графу бланка ответов.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 1 балла.

Время выполнения всех заданий – 35 минут.

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

Заполните анкету в бланке ответов: напишите свою фамилию, имя, отчество, название субъекта Федерации, город, школу и класс, который Вы представляете.

1. Инструкция к тесту мне...

- а. Понятна.
- б. Понятна отчасти.
- в. Понятна не полностью.
- г. Не понятна.

2. Вы хотели бы задать вопросы для уточнения задания?

- а. Да. б. Нет. в. Не знаю. г. Затрудняюсь ответить.

Желаем успех

**ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ ПО
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ 2016–2017 уч. год. ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП
7–8 классы**

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР

1. С какого года ведётся отсчёт первых Олимпийских игр Древней Греции?

- а) с 595 г. до н.э.; б) с 684 г. до н.э.;
- в) с 776 г. до н.э.; г) с 836 г. до н.э.

2. Первым представителем России в МОК был....

- а) Бутовский А.Д.; б) Толстой Л.Н.;
- в) Лесгафт П.Ф; г) Смирнов В.Г.

3. Первый Олимпийский комитет России был создан:

- а) в 1900 году; б) в 1911 году;
- в) в 1952 году; г) в 1990 году.

4. Почётное право зажечь олимпийский огонь на Московской Олимпиаде 1980 г. заслуженно получил:

- а) хоккеист Владислав Третьяк; б) баскетболист Сергей Белов;
- в) гимнаст Николай Андрианов; г) борец Александр Карелин.

5. Амплитуда движения измеряется в.....

- а) минутах; б) метрах;
- в) угловых градусах; г) секундах.

6. Что включает в себя физическая культура личности?

- а) знания о своём организме; б) занятия физическими упражнениями;
- в) умение применять знания в жизни; г) всё вышеназванное.

7. В каком году была создана международная федерация баскетбола:

- а) 1930г;
- б) 1929г;
- в) 1940г;
- г) 1932г.

8. К функциональным показателям, характеризующим особенности физического развития человека, относятся:

- а) уровень развития общей выносливости; результаты прыжка в длину с места, челночного бега, наклона вперёд;
- б) объём грудной клетки; форма осанки; длина и масса тела; величина

обхвата бёдер.

- в) частота сердечных сокращений; сила основных мышечных групп;
- г) календарный возраст.

9. Стритбол – это разновидность....

- а) баскетбола;
- б) футбола;
- в) волейбола;
- г) гандбола.

10. Назовите основные физические качества:

- а) координация, ЧСС, гибкость, сила, быстрота;
- б) ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость;
- в) общая выносливость, скоростно-силовая выносливость, быстрота, сила, ловкость;
- г) общая выносливость, силовая выносливость, гибкость, объём бицепсов, ловкость.

11. Наиболее эффективно развивается чувство равновесия при занятиях на:

- а) брусьях; б) высокой перекладине;
- в) гимнастическом бревне; г) шведской стенке.

12. Самостоятельные физические упражнения в течение учебного дня обеспечивают:

- а) поддержание высокой работоспособности, активный отдых;
- б) предупреждение наступающего утомления, способствуют поддержанию высокой работоспособности на длительное время без перенапряжения;
- в) поддержание здорового образа жизни в течение дня, коррекцию телосложения;
- г) рациональный режим дня, развитие физических качеств.

13. Что является основным критерием всестороннего и гармоничного физического развития?

- а) качество теоретических знаний о физической культуре;
- б) уровень развития физических возможностей;
- в) состояние здоровья;
- г) социализация личности.

14. Главной причиной нарушения осанки является....:

- а) слабость мышц;
- б) привычка к определенным позам;
- в) отсутствие движений во время школьных уроков;

г) ношение сумки, портфеля в одной руке.

15. Умственную работу следует прерывать физкультурными паузами через каждые.....мин?

- а) 15 - 20;
- б) 40 -45;
- в) 55 -60;
- г) 70 -75.

II. Задания в без предложенных вариантов ответов.

Завершите определение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.

1. Свод основополагающих принципов олимпизма, правил и официальных разъяснений, принятых Международным олимпийским комитетом (МОК),_____.

2. В динамике работоспособности за фазой утомления, вызванной физической нагрузкой, следует фаза _____.

3. Обучение двигательным действиям и воспитание физических качеств составляет основу _____.

4. Временное снижение физической работоспособности принято называть _____.

5. Восстановление функций организма после перенесенных заболеваний или травм принято называть процессом _____.

**ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЕ 2016–2017 уч. год ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП
7-8 классы**

Фамилия,Имя,Отчество _____

Город, школа, класс _____

БЛАНК ОТВЕТОВ

I. Задания в закрытой форме, т. е. с предложенными вариантами ответов.

№Вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»
1	а	б	в	г
2	а	б	в	г
3	а	б	в	г
4	а	б	в	г
5	а	б	в	г
6	а	б	в	г
7	а	б	в	г
8	а	б	в	г
9	а	б	в	г
10	а	б	в	г
11	а	б	в	г
12	а	б	в	г
13	а	б	в	г
14	а	б	в	г
15	а	б	в	г

II. Задания в открытой форме, т. е. без предложенных вариантов ответов.

№ Вопроса	Вариант ответа
1	
2	
3	
4	
5	

Оценка (слагаемые и сумма) _____

Подписи жюри _____