

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ 2018–2019 УЧ. Г.
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП

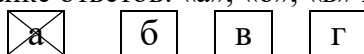
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ
7-8 КЛАСС

Инструкция по выполнению заданий

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к уровню знаний учащихся общеобразовательных школ по предмету «Физическая культура».

Задания объединены в 3 группы:

I. Задания в закрытой форме № 1-12 с выбором одного правильного ответа. При выполнении этих заданий необходимо выбрать единственно правильный вариант из предложенных. Среди вариантов могут встретиться частично правильные, не подходящие в качестве ответа. Правильным является только один ответ – тот, который наиболее полно соответствует смыслу утверждения. Выбранный вариант отмечается зачёркиванием 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. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.

II. Задания в открытой форме № 13-15, в которых необходимо завершить высказывание. При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать недостающие слова, чтобы получилось верное утверждение. Подобранные слова вписывайте в соответствующую графу бланка ответов.

III. Задание № 16 «на соответствие». При выполнении задания необходимо установить соответствие между именами спортсменов и видами спорта, в которых они прославились.

Контролируйте время выполнения задания.

Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов.

IV. Задание-кроссворд № 17. Слова-ответы вписывайте в бланк ответов печатными буквами. При выполнении задания №20 разрешается использовать черновик. Записи, выполненные на черновике, не оцениваются.

Исправления и подчистки, орфографические ошибки в ответах оцениваются как неправильный ответ.

Время выполнения всех заданий – 45 минут.

Желаем успеха!

Задания в закрытой форме

Завершите утверждения, отмечая соответствующие поля бланка ответов.

1. Олимпийские игры состоят из...

- а. из соревнований между странами;
- б. из соревнований по летним или зимним видам спорта;
- в. Игр Олимпиады и зимних Олимпийских игр;
- г. открытия, соревнований, награждения участников и закрытия.

2. Документом, представляющим все аспекты организации соревнования является...

- а. календарь соревнований.
- б. правила соревнования.
- в. положение о соревновании.
- г. программа соревнований

3. Укажите, с какой целью проводятся физкультурные минутки и паузы в системе физического воспитания учащихся общеобразовательных учреждений...

- а. предупреждения утомления и восстановления работоспособности учащихся;
- б. профилактики заболеваний;
- в. повышения уровня физической подготовленности;
- г. совершенствования двигательных умений и навыков

4. Сила – это..

- а. комплекс различных проявлений человека в определенной двигательной деятельности, в основе которых лежит понятие «мышечное усилие»;
- б. способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противостоять ему за счет мышечных усилий (напряжений);
- в. способность человека проявлять большие мышечные усилия;
- г. способность человека проявлять мышечные усилия различной величины в возможно короткое время.

5. Прибор для измерения силы называется...

- а. спирометр;
- б. барометр;
- в. динамометр;
- г. велоэргометр.

6. Кто должен нести ответственность за то, что любое получаемое спортсменом медицинское обслуживание не нарушает антидопинговую политику и правила...

- а. тренер спортсмена;
- б. спортсмен;
- в. врач спортсмена;
- г. руководитель команды.

7. Выполнение физических упражнений необходимо ...

- а. всем, начиная с грудного возраста;
- б. только школьникам и студентам (учащейся молодежи);
- в. всем, кроме лиц старше 75 лет;
- г. лицам в возрасте от 7 до 60 лет.

8. Способность выполнять движения с большой амплитудой называется:

- а. эластичностью мышц;
- б. стретчингом;
- в. гибкостью;
- г. растяжкой.

9. Какие из перечисленных ниже физических упражнений относятся к циклическим?

- а. метания;
- б. кувьрки;
- в. прыжки;
- г. бег.

10. «ЛИБЕРО» в волейболе – это...

- а. запасной игрок;
- б. игрок нападения;
- в. капитан команды;
- г. игрок защиты.

11. Самая большая дистанция лыжных гонок на Чемпионате мира у мужчин...

- а. гонка на 30 км
- б. гонка на 50 км
- в. гонка на 60 км
- г. гонка на 70 км

12. Какие дисциплины включал пентатлон в программе античных Игр Олимпиады.

Ответ запишите цифрами в бланк ответа.

- | | |
|--------------------|---------------------|
| 1. кулачный бой | 6. бег |
| 2. верховая езда | 7. стрельба из лука |
| 3. прыжки в длину | 8. борьба |
| 4. прыжки в высоту | 9. плавание |
| 5. метание диска | 10. метание копья |

б) 3, 5, 6, 8, 10.

Задания в открытой форме

Завершите утверждения, вписав соответствующее слово в бланк ответов.

13. Циклическое локомоторное движение, связанное с горизонтальным перемещением тела на основе чередования периодов опоры и полета называется

14. Состояние напряжения, возникающее при чрезвычайных физических и психических раздражениях у человека называется

15. Правильное распределение времени на основные жизненные потребности человека (сон, бодрствование, деятельность, прием пищи) называется

Задание на соответствие

16. Укажите виды спорта, в которых прославились эти спортсмены олимпийцы, вписав буквы в соответствующие поля бланка ответов.

1	Александр Карелин	А	современное пятиборье
2	Владимир Куц	Б	лыжные гонки
3	Елена Вяльбе	В	конькобежный спорт
4	Владимир Сальников	Г	классическая (греко-римская борьба)
5	Алия Мустафина	Д	плавание
6	Лидия Скобликова	Е	фехтование
7	Александр Лесун	Ж	легкая атлетика
8	Павел Колобков	З	спортивная гимнастика
9	Юлия Чепалова	И	саннй спорт

Задание–кроссворд

17. Решите кроссворд. Ответы записывайте в бланк ответа 2 (на обороте).

По горизонтали:

1. Комплекс физических упражнений, выполняемый перед тренировкой или соревнованием с целью подготовки организма к выполнению предстоящих упражнений.
5. Игровая, соревновательная деятельность и специальная подготовка к ней, основанная на использовании различных физических упражнений и направленная на достижение наивысших результатов.
7. Положение занимающегося на гимнастическом снаряде (или полу), при котором плечи находятся выше точки опоры.
8. Дугообразное, максимально прогнутое положение тела спиной к опоре.

По вертикали:

2. Положение тела, при котором ноги, предельно согнутые в коленях и тазобедренных суставах, удерживаются руками ниже колен.
3. Положение занимающегося на снаряде, при котором его плечи находятся ниже точек хвата
4. Вращательное движение тела с последовательным касанием опоры и переворачиванием через голову.
6. Ввод мяча в игру в волейболе.

Вы выполнили задание.

Поздравляем!