

ОТВЕТЫ

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Окружного этапа Всероссийской олимпиады школьников
по предмету «Физическая культура»
для учащихся 7-8 классов

Инструкция по выполнению заданий

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к уровню знаний учащихся 7-8 классов общеобразовательной школы по предмету «Физическая культура».

Задания представлены в форме вопросов с предложенными вариантами ответов. При выполнении этих заданий необходимо выбрать один правильный ответ из 4 предложенных вариантов. Среди них содержатся как правильные, так и неправильные ответы, а также частично соответствующие смыслу утверждения. Правильным является только один – тот, который наиболее полно соответствует смыслу утверждения. Выбранные варианты отмечаются зачеркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «1», «2», «3» или «4».

Записи должны быть разборчивыми.

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор.

Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов. **Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ.** Заполните анкету в бланке ответов: напишите свою фамилию, имя, отчество, № школы и класс, в котором Вы учитесь.

Желаем успеха!

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

1. **Специализированный процесс, содействующий успеху в конкретной деятельности, предъявляющий специализированные требования к двигательным способностям человека, называется:**
 1. Физическим совершенством
 2. Спортивной тренировкой
 3. **Специальной физической подготовкой**
 4. Профессионально-прикладной физической подготовкой

2. **Что из представленного не является отличительным признаком физической культуры:**
 1. Положительные изменения в физическом состоянии человека
 2. **Обеспечение безопасности жизнедеятельности**
 3. Виды гимнастики, игр, разновидности комплексов упражнений
 4. Знания, принципы, правила и методика использования упражнений.

- 3. Специфически прикладные функции физической культуры преимущественно проявляются в сфере:**
1. Образования
 2. Организации досуга
 - 3. Производственной деятельности**
 4. Спорта
- 4. Что не является предметом «обучения» в физическом воспитании:**
1. Правила по технике безопасности
 2. Техника двигательных действий
 3. Знания в области физической культуры
 - 4. Физические качества**
- 5. Двигательные действия, которые направлены на реализацию задач физического воспитания, сформированы и организованы по его закономерностям, называются:**
- 1. Физическими упражнениями**
 2. Двигательными умениями
 3. Подвижными играми
 4. Физическими качествами
- 6. Какое из предложенных определений сформулировано некорректно:**
1. Сила проявляется в способности преодолевать сопротивление посредством мышечных напряжений
 2. Быстрота является качеством, от которого зависят скоростные характеристики движений
 - 3. Скорость передвижений в пространстве зависит от быстроты двигательной реакции**
 4. Все предложенные определения сформулированы некорректно
- 7. Способность как можно дольше удерживать достигнутую максимальную скорость называется:**
1. Коэффициентом скоростных способностей
 2. Абсолютным запасом скорости
 - 3. Скоростной выносливостью**
 4. Скоростным индексом
- 8. Способность противостоять физическому утомлению в процессе мышечной деятельности называется:**
1. Тренированностью
 - 2. Выносливостью**
 3. Функциональной устойчивостью
 4. Биохимической экономизацией
- 9. Атлетов, нанеших смертельные раны сопернику во время игр Олимпиады, судьи Эллады:**

1. Признавали победителями
2. Объявляли героями
- 3. Изгоняли со стадиона**
4. Секли лавровым венком

10. Зимние Олимпийские игры проводятся:

1. В течение первого года празднуемой Олимпиады
2. В течение второго календарного года, следующего после года начала Олимпиады
- 3. В третий год празднуемой Олимпиады**
4. В течение последнего года празднуемой Олимпиады

11. Наиболее распространенным методом воспитания силовых способностей является метод:

1. Переменных упражнений, выполняемых «до отказа»
2. Круговой тренировки на основе силовых упражнений
3. Электростимуляции
- 4. Использования предельных и непредельных отягощений**

12. Основным отличительным признаком двигательного навыка является:

1. Неустойчивость к действию сбивающих факторов (встречный ветер, шум на трибунах стадиона и т.д.)
2. Постоянная сосредоточенность внимания на основе техники выполнения двигательного действия
3. Сосредоточенность внимания на деталях техники выполнения двигательного действия
- 4. Автоматизированное выполнение двигательного действия.**

13. Обучение двигательным действиям строится в соответствии с ...

1. Задачами физического воспитания
2. Целью обучения
- 3. Закономерностями формирования двигательного навыка**
4. Принципами физического воспитания

14. Основную часть урока физической культуры принято начинать с :

- 1. Разучивания координационно сложных двигательных действий**
2. Закрепления сформированных навыков
3. Совершенствования техники двигательных действий
4. Формирования двигательных умений

15. Укажите вид спорта, который обеспечивает наибольший эффект в развитии координационных способностей:

1. Плавание
2. Стрельба
- 3. Гимнастика**

4. Биатлон

16. Способностью к длительным, активным произвольным сокращениям обладают клетки:

1. Гладкой мышечной ткани
- 2. Поперечно-полосатой скелетной мышечной ткани**
3. Поперечно-полосатой сердечной мышечной ткани
4. Соединительной ткани

17. Гормоны, стимулирующие деятельность организма в состоянии физического и психического напряжения, синтезируются клетками:

1. **Надпочечников**
2. Щитовидной железы
3. Паращитовидных желез
4. Поджелудочной железой

18. Часть нервной системы, иннервирующая скелетные мышцы и кожу, называется:

1. Автономная
- 2. Соматическая**
3. Центральная
4. Вегетативная

19. Мозг получает информацию о состоянии опорно-двигательного аппарата от рецепторов, расположенных

1. В коже
- 2. В мышцах**
3. Во внутренних органах
4. В крови

20. Многие из положительных эффектов разминки связаны с повышением температуры тела и, особенно, рабочих мышц. Поэтому разминку часто называют разогреванием. Кроме того, разминка:

1. Повышает возбудимость сенсорных и моторных нервных центров
2. Усиливает деятельность всех звеньев кислородтранспортной системы
3. Оказывает положительное влияние на терморегуляцию
- 4. Все ответы верны**

21. Какое количество видов женского многоборья принято в спортивной гимнастике:

1. 2 вида
2. 3 вида
- 3. 4 вида**
4. 5 видов

22. «Старт пловца» это:

1. Полуприсед с полунаклоном, руки вперед
2. Присед, руки назад
3. Упор присев
4. **Полуприсед с полунаклоном, руки назад**

23. Из какого исходного положения может выполняться подъем переворотом в упор на перекладине:

1. Из вися согнувшись
2. **Из вися стоя**
3. Из вися завесом на правой
4. Из вися стоя сзади

24. «Колесо» в акробатике это:

1. Переворот вперед
2. Переворот в бок
3. Переворот назад
4. **Переворот в сторону**

25. Как выполняется наскок на мостик в опорных прыжках в гимнастике:

1. **С одной ноги на две**
2. С двух ног на одну
3. С двух ног на две
4. С одной ноги на одну

26. Официальная дата появления баскетбола

1. 1886г.
2. **1891г.**
3. 1895г.
4. 1901г.

27. Размеры баскетбольной площадки

1. 9x18м
2. 12x24м
3. **15x28м**
4. 15x30м

28. Расстояние до 3-х очковой линии в баскетболе

1. 6,05м
2. 6,25м
3. **6,75м**
4. 7,25м

29. На какой ноге выполняют повороты в баскетболе после остановки двумя шагами

1. На левой

2. На правой
- 3. На той, которая первой коснулась пола**
4. На любой

30. За какие действия игрок наказывается техническим фолом в баскетболе

1. За удар игрока по рукам
2. За толчок соперника в спину
- 3. За оскорбление словом или жестом**
4. За подножку