

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, нанесших 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. 9х18м
2. 12х24м
3. 15х28м
4. 15х30м

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