**Информационно-методический центр**

**Красносельского района**

**Санкт-Петербурга**

**Всероссийская олимпиада школьников**

**школьный этап**

**2019-2020 учебный год**

***Теоретико-методические задания***

***7-8 класс***

**Инструкция по выполнению задания.**

Уважаемый участник! Вам предлагается 25 вопросов, соответствующих требованиям школьной программы по предмету «Физическая культура». К каждому вопросу с 1 по 20 предложено 4 варианта ответа. Среди них содержатся как правильные, так и неправильные ответы. Правильным может быть только один - тот, который наиболее полно соответствует смыслу вопроса.

Внимательно читайте вопросы и предлагаемые варианты ответов. Ваша задача заключается в выборе одного из четырех вариантов ответа, который, по Вашему мнению, является правильным (исключение составляет 7 вопрос). Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор.

С 21 по 25- задания, в которых необходимо завершить высказывание. Впишите ответ в соответствующую графу.

Выбранные Вами ответы отмечайте в соответствующих квадратах бланка ответов знаком, позволяющим получить однозначное представление о сделанном Вами выборе. Если Вы выбрали ответ «а», «б», «в» или «г», то в бланке ответов поставьте свой знак в квадрате с соответствующим обозначением.

Будьте внимательны, отмечая правильные ответы в бланке. Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ.

**Время выполнения задания – 45 минут.**

**Внимание!**

Перед началом выполнения заданий:

-отключить мобильные телефоны.

***Теоретико-методическое испытание проводится в аудитории, оснащенной столами и стульями. При проведении теоретико-методического задания все учащиеся должны быть обеспечены всем необходимым для выполнения задания: авторучкой, вопросником, бланком ответов.***

**Нельзя:**

-использовать любой справочный материал;

-выходить, переговариваться.

**Заполните анкету в бланке ответов: напишите свою фамилию, имя, отчество, школу, класс.**

**Впишите в графу: фамилия, имя, отчество учителя, подготовившего Вас к олимпиаде.**

**Задания**

**I. Задания с выбором одного правильного ответа.**

1. **Как называется эффективный способ выполнения физического упражнения?**

а) двигательное умение;

б) двигательный навык;

в) техника физического упражнения;

г) физическое совершенство.

1. **Для развития быстроты реакции наилучшие условия создаются при использовании:**

а) выпрыгивания вверх с места;

б) скоростно-силовых упражнений;

в) подвижных и спортивных игр;

г) прыжков в глубину.

**3.  Спорт-это:**

а)вид физической культуры: игровая, соревновательная деятельность и подготовка к ней, основанные на использовании физических упражнений и направленные на достижение высоких результатов;

б) вид культуры, который представляет собой специфический процесс и результат человеческой деятельности, средство и способ физического совершенствования людей для выполнения ими своих социальных обязанностей;

в) вид физической культуры, исторически сложившийся как один из способов выявления, сопоставления способностей человека, направленный на гармоничное развитие человека;

г)двигательная деятельность, удовлетворяющая потребности людей в активном отдыхе.

1. **Какой из видов спорта относится к восточным единоборствам?**

а) самбо;

б) греко-римская борьба;

в) бокс;

г) тхэквондо.

**5.** **Главной причиной нарушения осанки является:**

а) малоподвижный образ жизни;  
б) слабость мышц спины;

в) привычка носить сумку на одном плече;

г) долгое пребывание в положении сидя за партой.

**6. Какой из примеров занятий относится к урочной форме организации?**

а) физкультминутка;

б) туристический поход;

в) урок физической культуры;

г) утренняя гимнастика.

**7.  Какова протяженность марафонской дистанции на Олимпийских играх?**

а) 42 км 195 м;  
б) 32 км 195 м;

в) 50 км 195 м;  
г) 45 км 195 м

**8.  Каковы нормальные показатели пульса здорового взрослого нетренированного человека в покое?**

а) 60-80;  
б) 70-90;

в) 75-85;

г) 50-70.

**9. FIFA-что это за организация?**

а) футбольная федерация в Москве;

б) крупнейшая баскетбольная федерация в России;

в) крупнейшая футбольная федерация в мире;

г) футбольная федерация в Санкт-Петербурге.

**10. Первые официальные соревнования по лыжному спорту в Норвегии состоялись в:**

а)1698 г.;

б) 1767 г.;

в) 1854 г.;

г) 1924 г.

**11**.**Что определяет техника безопасности?**

а) навыки знаний физических упражнений без травм;

б) комплекс мер, направленных на обучение правилам поведения, правилам страховки и самостраховки, оказания доврачебной помощи;

в) правильное выполнение упражнений;

г) организацию и проведение учебных и внеурочных занятий в соответствии с гигиеническими требованиями.

**12. По какой части тела замеряется длина прыжка?**

а) по руке и ноге;

б) по части тела, ближайшей к зоне отталкивания;

в) по части тела, наиболее удалённой от зоны отталкивания;

г) по любой части тела.

**13. Что символизируют Олимпийские игры?**

а) основные цвета, входящие во флаги всех стран – участниц Олимпийских игр;

б) единство спортсменов пяти континентов земного шара;

в) гармонию воспитания основных физических качеств: выносливости, гибкости, силы, быстроты, ловкости;

г) основные двигательные навыки.

**14. Представителем какого вида спорта был советский спортсмен Лев Яшин?**

а) волейбол;

б) теннис;

в) футбол;

г) баскетбол.

**15.. Масса футбольного мяча составляет:**

а. от 396 до 453 г.;

б. от 310 до 396 г.;

в. от 453 до 515 г.;

г. от 296 до 415 г

**16. Физическое упражнение – это…**

а. один из методов физического воспитания;

б. одно из вспомогательных средств физической культуры, направленное на решение конкретных задач;

в. основное средство физического воспитания;

г. методический приём обучения двигательным действиям.

**17. В каком виде спорта Лариса Латынина завоевала 18 олимпийских медалей?**

а. спортивная гимнастика;

б. художественная гимнастика;

в. теннис;

г. фигурное катание.

**18.** **За особые заслуги перед олимпийским движением МОК награждает…**

а. Нагрудным знаком;

б. Дипломом МОК;

в. Памятной медалью;

г. Олимпийским Орденом

**19. Какой из перечисленных видов спорта является не олимпийским видом?**

a. Синхронное плавание;

б. Легкая атлетика;

в. Спортивное ориентирование;

г. Современное пятиборье.

**20. Автором создания игры в волейбол считается:**

а. Елмери Бери:

б. Анатолий Эйнгорн;

в. Ясутака Мацудайра;

г. Вильям Морга

**II. Задания, в которых необходимо завершить высказывание**

*Завершите определение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.*

***21.*** *В каком городе находится штаб—квартира МОК?...*

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

1. *В какой дисциплине лёгкой атлетики выступала олимпийская чемпионка Елена Исинбаева? …..*
2. *Способность держаться на воде, находиться под водой и передвигаться в ней или по ней определённым способом называется ….*
3. *Площадка для тенниса называется ….*