

Всероссийская олимпиада школьников по предмету «Физическая культура» Школьный этап 2021/ 2022 учебный год
7–8 классы

Инструкция по выполнению теоретико-методического задания.

Задания объединены в 3 группы:

I. Задания в закрытой форме №№ 1–16 с выбором одного правильного ответа из предложенных вариантов. Задания представлены в форме незавершенных утверждений, которые при завершении могут оказаться либо истинными, либо ложными. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильное завершение из предложенных вариантов. Правильным является то, которое наиболее полно соответствует смыслу утверждения.

Выбранные варианты отмечаются зачеркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в» или «г», например:



Ряд заданий оцениваются, если отмечены все зачетные варианты. Это условие указано в задании: *«отметьте все позиции»*.

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 №№ 17–20, в которых необходимо завершить высказывание, то есть без предложенных вариантов ответов. При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подбранное определение разборчиво вписывайте в соответствующую графу бланка ответов.

III. Задание № 21 на соответствие, то есть соответствие предложенных вариантов заданий определенным ответам. При выполнении задания необходимо установить соответствие между видом спортивной игры и правилами соревнований.

Время выполнения заданий – 45 минут.

Контролируйте время выполнения задания.

Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов.

За допущенные участником в ответах *орфографические ошибки* ответ считается *неверным*.

Все *исправления и зачеркивания* квалифицируются как *неверный* ответ.

Теоретико-методическое задание

7 – 8 классы

Задания в закрытой форме

1. Когда празднуются Игры Олимпиады?

- а. Это зависит от решения МОК.
- б. В течение первого года празднуемой Олимпиады.
- в. В течение второго календарного года, следующего после года начала Олимпиады.
- г. В течение последнего года празднуемой Олимпиады.

2. Инициатором возрождения Олимпийских игр современности является.

- а. Римский император Феодосий I.
- б. Пьер де Фреды, барон де Кубертен.
- в. Философ-мыслитель древности Аристотель.
- г. Хуан Антонио Самаранч.

3. Назовите главные принципы кодекса спортивной чести «Фэйр Плэй».

- а. Не стремиться к победе любой ценой; на спортивной площадке сохранять честь и благородство.
- б. Сохранять чувство собственного достоинства при любых обстоятельствах.
- в. Сочетание физического совершенства с высокой нравственностью.
- г. Относиться с уважением и быть честным по отношению к соперникам, судьям, зрителям

4. Талисманом Олимпиады-80 в Москве был

- а. Тигренок Тигра.
- б. Зверёк Иззи.
- в. Пёс Стрелка.
- г. Медвежонок Миша.

5. Александр Карелин – неоднократный олимпийский чемпион и чемпион мира в...

- а. Гимнастике.
- б. Борьбе дзюдо.
- в. Греко-римской борьбе.
- г. Борьбе самбо.

6. Когда в программу Олимпийский игр был включен шорт-трек

- а. 1988.
- б. 1992.
- в. 1994.
- г. 2014.

7. Адаптация – это

- а. процесс приспособления организма к меняющимся условиям внешней среды.
- б. чередование нагрузки и отдыха во время тренировочного процесса.
- в. процесс восстановления.
- г. система повышения эффективности функционирования системы соревнований и системы тренировки.

8. Основным показателем, характеризующим стадии развития организма, является ...

- а. биологический возраст.
- б. календарный возраст.

- в. скелетный и зубной возраст.
- г. сенситивный период.

9. Что чаще всего приводит к нарушениям осанки

- а. Слабая мускулатура.
- б. Высокий рост.
- в. Уменьшение межпозвоночных дисков.
- г. Нарушение естественных изгибов позвоночника.

10. Какой снаряд в легкой атлетике не метают.

- а. Копье.
- б. Диск.
- в. Граната.
- г. Ядро.

11. Укажите основное специфическое средство физического воспитания.

- а. Личный пример учителя.
- б. Естественные силы природы, гигиенические факторы.
- в. Физические упражнения.
- г. Рациональный режим труда и отдыха, полноценное питание.

12. К анаэробным упражнениям относятся.

- а. Лыжные гонки.
- б. Плавание.
- в. Волейбол.
- г. Спринт.

13. Назовите основные физические качества.

- а. Координация, ЧСС, гибкость, сила, быстрота.
- б. Общая выносливость, скоростно-силовая выносливость, быстрота, сила, ловкость.
- в. Ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость.
- г. Общая выносливость, силовая выносливость, гибкость, объем бицепсов, ловкость.

14. Вид беговой программы в легкой атлетике, в котором одновременно стартовать может наибольшее количество спортсменов.

- а. Бег на длинные дистанции.
- б. Спринт.
- в. Марафон.
- г. Стипель-чез.

15. Какова продолжительность утренней гигиенической гимнастики.

- а. 2-3 минуты.
- б. 5-7 минут.
- в. 10-15 минут.
- г. 20-30 минут.

16. В какой части урока решается задача «восстановление организма после выполнения физических нагрузок»?

- а. Подготовительная.
- б. Основная.
- в. Заключительная.
- г. Итоговая.

Задания в открытой форме

17. Выход мяча за пределы площадки или поля в спортивных играх называется...
18. В какой дисциплине лёгкой атлетики выступала олимпийская чемпионка Елена Исинбаева.
19. Запрещенные фармакологические препараты и процедуры, используемые с целью стимуляции физической и психической работоспособности обозначают как...
20. Специальный игрок в составе команды волейбола, выполняющий только защитные функции называется...

Задание на соответствие

21. Установите соответствия между понятием и его содержанием.

Понятие		Содержание	
1	Разминка	А	Сосредоточенность и направленность сознания на какой-то предмет, явление, действие.
2	Самоконтроль	Б	Комплекс упражнений, который проводится на уроках для снижения утомления.
3	Закаливание	В	Процесс формирования двигательных навыков и развитие двигательных способностей.
4	Внимание	Г	Комплекс физических упражнений, выполняемый перед тренировкой или соревнованием с целью подготовки организма к выполнению предстоящих упражнений.
5	Физкультминута	Д	Один из видов профилактики заболеваний.
6	Физическая подготовка	Е	Регулярное наблюдение за состоянием своего здоровья, физическим развитием и самочувствием при занятиях физической культурой и спортом.

БЛАНК ОТВЕТОВ

Всероссийская олимпиада школьников по предмету «Физическая культура» Школьный этап

2021/2022 учебный год 7 – 8 классы

Фамилия, Имя, Отчество _____

Город (поселок) _____

Школа, класс _____

Шифр _____

Линия отреза

Шифр _____

БЛАНК ОТВЕТОВ

№ Вопроса	Варианты ответов			
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

№ Вопроса	Варианты ответов			
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
16	а	б	в	г

17.	
18.	
19.	
20.	

21.	1	2	3	4	5	6

Оценка (слагаемые и сумма баллов) _____

Подписи и ФИО членов жюри

