

Школьный этап всероссийской олимпиады школьников по физической культуре
2019 – 2020 учебный год 7- 8 класс

20,58.

А) Задания с выбором одного правильного ответа (в закрытой форме)

1. Термин «Олимпиада» в древней Греции означал...

- а) соревнования, проводимые во время Олимпийских игр;
- б) первый год четырехлетия, наступление которого празднуют Олимпийские игры;
- в) четырехлетний период между Олимпийскими играми;
- г) год проведения Олимпийских игр.

2. Слово «Паралимпийские» игры произошло от слияния двух слов «para» и «olympic» и обозначают...

- а) вторые Олимпийские игры;
- б) парные Олимпийские игры;
- в) двойные Олимпийские игры;
- г) совместные Олимпийские игры.

3. Слово «гимнастика» означает:

- а) занятия на снарядах;
- б) обнаженный;
- в) одетый в трико ;
- г) занятия с предметами.

4. Под общей физической подготовкой (ОФП) понимают тренировочный процесс, направленный на...

- а) формирование правильной осанки;
- б) гармоническое развитие человека;
- в) всестороннее развитие физических качеств;
- г) достижение высоких спортивных результатов.

5. Осанкой принято называть ...

- а) качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие и настроение;
- б) привычную позу человека в вертикальном положении;
- в) пружинные характеристики позвоночника и стоп;
- г) силуэт человека.

6. Жизненная ёмкость легких измеряется...

- а) в кубических сантиметрах;
- б) в метрах;
- в) в килограммах;
- г) в литрах.

7. Первый прием солнечной ванны продолжается...

- а) 1 - 2 мин;
- б) 1 - 2 часа;
- в) 5 - 7 мин
- г) 2 - 3 часа

8. Здоровье человека, прежде всего, зависит от...

- а) состояния окружающей среды;
- б) деятельности учреждений здравоохранения;
- в) наследственности;
- г) образа жизни.

9. В какой спортивной игре нет вратаря?

- а) футбол;
- б) хоккей;
- в) баскетбол;
- г) водное поло.

10. При выполнении прыжков и соскоков со спортивных снарядов рекомендуется приземляться...

- а) на мат, мягко на носки, пружинисто приседая;
- б) на мат, полностью выпрямляя ноги в коленях;
- в) на мат, мягко на пятки;
- г) на мат в положение основной стойки.

11. Каждое упражнение утренней гимнастики, чтобы это не приводило к утомлению, необходимо выполнять...

- а) 16-18 раз;
- б) 18-20 раз;
- в) 8-12 раз;
- г) 22-24 раза.

12. Вероятность травм при занятиях физическими упражнениями снижается, если занимающиеся...

- а) переоценивают свои возможности;
- б) следуют указаниям преподавателя;
- в) владеют навыками выполнения движения;
- г) не умеют владеть своими эмоциями.

13. В программу современного пятиборья не входит...

- а) стрельба;
- б) фехтование;
- в) гимнастика;
- г) верховая езда.

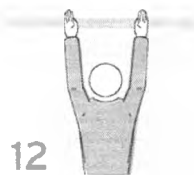
**Школьный этап всероссийской олимпиады школьников по физической культуре
2019 – 2020 учебный год 7- 8 класс**

14. В шахматах «блиц» означает:

- а) фигура; б) молниеносная игра; +
в) дебютная новинка; г) подавляющее преимущество.

15. Конец партии в волейболе соответствует жесту судьи...

- а) поднять обе руки вертикально вверх, ладонями вперед



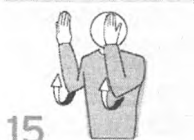
- б) скрестить предплечья с открытыми кистями перед грудью +



- в) круговое движение предплечий друг вокруг друга



- г) поднять предплечья вертикально с открытыми ладонями, обращенными к корпусу



16. В Рио-де-Жанейро наши спортсмены завоевали медалей...

- а) 61; б) 56; в) 54; г) 65. +

17. Этапы закалывания водой:

- а) обтирание, обливание, душ, купание; б) обливание, душ, купание, обтирание; -
в) душ, купание, обливание, обтирание; г) обтирание, обливание, купание, душ.

18. Соблюдение режима дня способствует укреплению здоровья потому, что...

- а) обеспечивает ритмичность работы организма; +
б) позволяет правильно планировать дела в течение дня;
в) распределение основных дел осуществляется более или менее стандартно в течение каждого дня;
г) позволяет избегать неоправданных физических напряжений.

Б) Задания, в которых правильный ответ надо дописать (в открытой форме)

19. Прыжок в длину с разбега делится на фазы: 1) Разбег; 2) Отталкивание; 3) Полет; 4) Приземление. +

20. Наибольшая сумма очков определяет в конце соревнования...

Победителя +

21. В плавании старт с тумбочки выполняется для способов: Кроль, брасс, батерфляй, эстафета; на спине, старт с воды +

22. В I Олимпийских играх современности не принимали участие

Российская команда. -

В) Задание на соотнесение понятий и определений (в дальнейшем задания «на соответствие»)

23. Сопоставьте название видов спорта и фамилии спортсменов завоевавших олимпийские медали в Рио-де-Жанейро:

Фамилии	Вид спорта
А – Майкл Фелпс	1. Синхронное плавание
Б – Алия Мустафина	2. Лёгкая атлетика

**Школьный этап всероссийской олимпиады школьников по физической культуре
2019 – 2020 учебный год 7- 8 класс**

В – Маргарита Мамун	3. Плавание
Г – Усейн Болт	4. Художественная гимнастика
Д – Наталья Ищенко	5. Спортивная гимнастика
Е – Александр Лесун	6. Современная пятиборье

Ответ:

А	Б	В	Г	Д	Е
3	5	4	2.	1	6.

Г) Задание процессуального или алгоритмического толка

24. Основная часть урока по общей физической подготовке (ОФП) отводится воспитанию физических качеств. Укажите, какая последовательность воздействий на физические качества наиболее эффективна.

Физические качества:

1. Выносливость. 2. Гибкость. 3. Быстрота. 4. Сила.



- а) 1, 2, 3, 4; б) 3, 2, 4, 1; в) 2, 3, 1, 4; г) 4, 2, 3, 1. —

Д) Задание, связанное с перечислением

25. Перечислите субъективные показатели самоконтроля: самочувствие, настроение, сон, аппетит, болевое ощущение. †

Общая сумма баллов: _____

Председатель жюри  Козак О.В.

Члены жюри  Рослый Е.А.
 Анисимова Э.Э.

Школьный этап всероссийской олимпиады школьников по физической культуре
2019 – 2020 учебный год 7- 8 классА) Задания с выбором одного правильного ответа (в закрытой форме)

1. Термин «Олимпиада» в древней Греции означал...

- а) соревнования, проводимые во время Олимпийских игр;
 б) первый год четырехлетия, наступление которого празднуют Олимпийские игры;
в) четырехлетний период между Олимпийскими играми;
г) год проведения Олимпийских игр.

2. Слово «Паралимпийские» игры произошло от слияния двух слов «para» и «olympic» и обозначают...

- а) вторые Олимпийские игры; б) парные Олимпийские игры;
в) двойные Олимпийские игры; г) совместные Олимпийские игры.

3. Слово «гимнастика» означает:

- а) занятия на снарядах; б) обнаженный;
в) одетый в трико ; г) занятия с предметами.

4. Под общей физической подготовкой (ОФП) понимают тренировочный процесс, направленный на...

- а) формирование правильной осанки;
б) гармоническое развитие человека;
 в) всестороннее развитие физических качеств;
г) достижение высоких спортивных результатов.

5. Осанкой принято называть ...

- а) качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие и настроение;
 б) привычную позу человека в вертикальном положении;
в) пружинные характеристики позвоночника и стоп;
г) силуэт человека.

6. Жизненная ёмкость легких измеряется...

- а) в кубических сантиметрах; б) в метрах;
в) в килограммах; г) в литрах.

7. Первый прием солнечной ванны продолжается...

- а) 1 - 2 мин; б) 1 - 2 часа; в) 5 - 7 мин г) 2 - 3 часа

8. Здоровье человека, прежде всего, зависит от...

- а) состояния окружающей среды; б) деятельности учреждений здравоохранения;
в) наследственности; г) образа жизни.

9. В какой спортивной игре нет вратаря?

- а) футбол; б) хоккей; в) баскетбол; г) водное поло.

10. При выполнении прыжков и соскоков со спортивных снарядов рекомендуется приземляться...

- а) на мат, мягко на носки, пружинисто приседая;
б) на мат, полностью выпрямляя ноги в коленях;
в) на мат, мягко на пятки;
г) на мат в положение основной стойки.

11. Каждое упражнение утренней гимнастики, чтобы это не приводило к утомлению, необходимо выполнять...

- а) 16-18 раз; б) 18-20 раз; в) 8-12 раз; г) 22-24 раза.

12. Вероятность травм при занятиях физическими упражнениями снижается, если занимающиеся...

- а) переоценивают свои возможности;
б) следуют указаниям преподавателя;
 в) владеют навыками выполнения движения;
г) не умеют владеть своими эмоциями.

13. В программу современного пятиборья не входит...

- а) стрельба; б) фехтование; в) гимнастика; г) верховая езда.

**Школьный этап всероссийской олимпиады школьников по физической культуре
2019 – 2020 учебный год 7-8 класс**

В – Маргарита Мамун	3. Плавание
Г – Усейн Болт	4. Художественная гимнастика
Д – Наталья Ищенко	5. Спортивная гимнастика
Е – Александр Лесун	6. Современная пятиборье

Ответ:

А	Б	В	Г	Д	Е
3	1	5	2	4	6

Г) Задание процессуального или алгоритмического толка

24. Основная часть урока по общей физической подготовке (ОФП) отводится воспитанию физических качеств. Укажите, какая последовательность воздействий на физические качества наиболее эффективна.

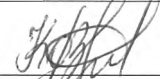
Физические качества:

1. Выносливость. 2. Гибкость. 3. Быстрота. 4. Сила.
 а) 1, 2, 3, 4; б) 3, 2, 4, 1; в) 2, 3, 1, 4; г) 4, 2, 3, 1.

Д) Задание, связанное с перечислением

25. Перечислите субъективные показатели самоконтроля: Правильное питание, режим сна, воздействие от вредных привычек.

Общая сумма баллов: _____

Председатель жюри  Козак О.В.

Члены жюри  Рослый Е.А.
 Анисимова Э.Э.