**ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ**

**по предмету «Физическая культура»**

**7-8 класс**

**Тестирование уровня знаний в области физической культуры и спорта**

**Инструкция по выполнению заданий**

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к уровню знаний учащихся общеобразовательных школ по предмету «Физическая культура».

Задания объединены в 2 группы:

1. **Задания в закрытой форме, то есть с предложенными вариантами ответов**.

При выполнении этих заданий необходимо выбрать один из предложенных вариантов. Среди них содержатся как правильные, так и не правильные завершения, а также частично соответствующие смыслу утверждения. Правильным является только одно – то, которое наиболее полно соответствует смыслу утверждения. Выбранные варианты отмечаются зачёркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в» или «г».

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.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в **1 балл.**

1. **Задания в открытой форме, то есть без предложенных вариантов ответов**.

При выполнении этих заданий необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подобранное определение вписывайте в соответствующую графу бланка ответов.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в **2 балла.**

1. **Задание на установление соответствия между понятиями.** Полноценно выполненное задание оценивается в **4 балла**.

 Время выполнения всех заданий – **45 минут.**

Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов.

Заполните анкету в бланке ответов: напишите свою фамилию, имя, отчество, школу и класс, который Вы представляете.

***Желаем успеха!***

**7–8 классы**

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР**

**I．Задания в закрытой форме**

1. С какого года ведётся отсчёт первых Олимпийских игр Древней Греции?

а) с 595 г. до н.э.;

б) с 684 г. до н.э.;

в) с 776 г. до н.э.;

г) с 836 г. до н.э.

2. В каком виде спорта становились чемпионами Олимпийских игр Виктор

Чукарин, Евгений Подгорный, Елена Замолодчикова, Алия Мустафина,

Дмитрий Труш?

а) спортивной гимнастике;

б) фехтовании;

в) лёгкой атлетике;

г) плавании.

3. Первый Олимпийский комитет России был создан:

а) в 1900 году;

б) в 1911 году;

в) в 1952 году;

г) в 1990 году.

4. Почётное право зажечь олимпийский огонь на Московской Олимпиаде

1980 г. заслуженно получил:

а) хоккеист Владислав Третьяк;

б) баскетболист Сергей Белов;

в) гимнаст Николай Андрианов;

г) борец Александр Карелин.

5. Спортивная и художественная гимнастика относятся к:

а) основной гимнастике;

б) производственной гимнастике;

в) прикладной гимнастике;

г) атлетической гимнастике.

6. Что включает в себя физическая культура личности?

а) знания о своём организме;

б) занятия физическими упражнениями;

в) умение применять знания в жизни;

г) всё вышеназванное.

7. К видам туризма относится:

а) пешеходный, горный, комбинированный туризм, экскурсии;

б) велосипедный, спортивный туризм, активный отдых, походы выходного дня;

в) пешеходный, лыжный, горный, водный туризм;

г) спелеотуризм, туризм на автомашинах, прогулки выходного дня, мото-

туризм.

8. К функциональным показателям, характеризующим особенности физичес-

кого развития человека, относятся:

а) уровень развития общей выносливости; результаты прыжка в длину с места,

челночного бега, наклона вперёд;

б) объём грудной клетки; форма осанки; длина и масса тела; величина обхвата

бёдер.

в) частота сердечных сокращений; сила основных мышечных групп;

г) календарный возраст.

9. Самым скоростным способом передви​жения классическим ходом считается…

а) попеременный двухшажный ход;

б) одновременный бесшажный ход;

в) одновременный одношаж​ный ход;

г) одновременный двухшажный ход.

10. Назовите основные физические качества;

а) координация, ЧСС, гибкость, сила, быстрота;

б) ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость;

в) общая выносливость, скоростно-силовая выносливость, быстрота, сила,

ловкость;

г) общая выносливость, силовая выносливость, гибкость, объём бицепсов,

ловкость.

11. Наиболее эффективно развивается чувство равновесия при занятиях на:

а) брусьях;

б) высокой перекладине;

в) гимнастическом бревне;

г) шведской стенке.

12. Самостоятельные физические упражнения в течение учебного дня

обеспечивают:

а) поддержание высокой работоспособности, активный отдых;

б) предупреждение наступающего утомления, способствуют поддержанию

высокой работоспособности на длительное время без перенапряжения;

в) поддержание здорового образа жизни в течение дня, коррекцию телосло-

жения;

г) рациональный режим дня, развитие физических качеств.

13. Что является основным критерием всестороннего и гармоничного

физического развития?

а) качество теоретических знаний о физической культуре;

б) уровень развития физических возможностей;

в) состояние здоровья;

г) социализация личности.

14. Здоровый образ жизни – это способ жизнедеятельности, направленный на:

а) развитие физических качеств людей;

б) поддержание высокой работоспособности людей;

в) сохранение и улучшение здоровья людей;

г) подготовку к профессиональной деятельности.

15. Что такое режим дня?

а) выполнение поручений учителя;

б) подготовка домашних заданий;

в) распределение основных дел в течение всего дня;

г) завтрак, обед и ужин каждый день в одно и то же время.

**II．Задания в открытой форме**

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

16. Свод основополагающих принципов олимпизма, правил и официальных разъяснений, принятых Международным олимпийским комитетом (МОК),

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

 17. Официальный девиз (слоган): «Жаркие. Зимние. Твои» принадлежат городу – столице Олимпийских игр \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

18. Обучение двигательным действиям и воспитание физических качеств составляет основу \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

19. Звуковой атрибут спортивного судьи \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

20. Вид спорта, который совместил в себе лыжную гонку и стрельбу из винтовки, называется \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

**III. Задания на выбор соответствий**

***21.Установите соответствия между видами спортивных игр и используемым инвентарём.***

|  |  |
| --- | --- |
| **Вид спорта** | **Инвентарь** |
| а) легкая атлетика | 1. камень |
| б) современное троеборье | 2. молоток |
| в) бадминтон | 3. седло |
| г) кёрлинг | 4. мяч |
| д) русский хоккей | 5. волан |
| е) крокет | 6. колодки |

***22.Установите соответствия между видами спорта и специальными терминами.***

|  |  |
| --- | --- |
| **Вид спорта** | **Термины** |
| а) легкая атлетика | 1. фальстарт |
| б) теннис | 2. офсайд |
| в) айкидо | 3. шидо |
| г) футбол | 4. кросс |
| д) гимнастика | 5. аперкот |
| е) бокс | 6. вис |

***23.Установите соответствие между видами испытаний ВФСК ГТО и проявлениями двигательных способностей человека.***

|  |  |
| --- | --- |
| **Виды испытаний комплекса ГТО** | **Двигательные способности человека** |
| 1.Бег на 60м или 100м | А) скоростно-силовые способности |
| 2.Прыжок в длину с места | Б)координационные способности |
| 3.Метание мяча в цель | В)скоростные способности |
| 4.Подтягивание на перекладине | Г)выносливость |
| 5. Наклон из положения стоя | Д)гибкость |
| 6.Бег 2км | Е)силовые способности |

***24.Установите соответствие между именами спортсменов-южноуральцев, добившихся выдающихся результатов на Олимпийских играх, и видами спорта, в которых они добились.***

|  |  |
| --- | --- |
| **Фамилия, имя спортсмена** | **Вид спорта** |
| 1. Елена Елесина | А) волейбол |
| 2. Екатерина Гамова | Б) шахматы |
| 3.Вячеслав Быков | В) хоккей |
| 4.Светлана Ишмуратова,Александр Тихонов | Г) конькобежный спорт |
| 5.  Анатолий Карпов | Д) биатлон |
| 6.Лидия Скобликова | Е) легкая атлетика |