

**КОМПЛЕКТ ОЛИМПИАДНЫХ ЗАДАНИЙ
ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ
ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»
(муниципальный этап, 7-8 классы)
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР**

**Время выполнения – 45 минут.
Максимальное количество баллов – 42.**

Задания в закрытой форме.

Завершите утверждения, выбрав для каждого один правильный ответ.

1. Как правильно перемещаются на подачу игроки из зоны в зону при игре в волейбол (1 балл):

- а) против хода часовой стрелки;
- б) по желанию;
- в) по ходу часовой стрелки.

2. Дистанции на 800 м и 1500 м называются (1 балл):

- а) короткие;
- б) длинные;
- в) средние.

3. Осанкой называется (1 балл) ...

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

4. Белое атласное полотнище с изображением пяти переплетённых колец – это (1 балл)...

- а) Олимпийский символ;
- б) Олимпийская эмблема;
- в) Олимпийское знамя;
- г) Олимпийский флаг.

5. Какое из физических упражнений является статическим? (1 балл)

- а) вис;
- б) приседания;
- в) кувырок;
- г) бег.

6. Двигательный тест, позволяющий определить развитие физического качества «сила» (1 балл):

- а) наклон вперед из положения стоя;
- б) подтягивание;
- в) челночный бег;
- г) бег 3 км;
- д) бег 100 м.

7. При передвижении коньковым ходом скользящая поверхность лыж смазывается (1 балл):

- а) мазями для держания;
- б) мазями для скольжения;
- в) грунтовыми мазями.

8. Что является итогом успешного выполнения испытаний комплекса ГТО на каждой ступени? (1 балл)

- а) золотой знак;
- б) звание мастера спорта РФ;
- в) золотая медаль;
- г) оценка «отлично» по предмету «Физическая культура» в учебном году.

9. Двигательный тест, позволяющий определить развитие физического качества выносливость (1 балл):

- а) наклон вперед из положения стоя;
- б) подтягивание;
- в) челночный бег;
- г) бег 3 км;
- д) бег 100 м.

10. Французский общественный деятель Пьер де Кубертен выступил с предложением возродить (1 балл):

- а) Олимпийское движение;
- б) Олимпийские игры;
- в) Олимпийский девиз.

11. Средняя интенсивность нагрузки при выполнении физических упражнений у мальчиков 7-х классов (1 балл):

- а) 120-130 уд / мин;
- б) 131-155 уд /мин;
- в) 156-175 уд /мин;
- г) 175-185 уд / мин.

Задания в открытой форме

Завершите истинное утверждение, вписав соответствующее слово или словосочетание.

12. Правильное распределение времени на основные жизненные потребности человека – это... (2 балла)
13. Естественный способ передвижения, входящий во многие виды спорта – это... (2 балла)
14. Упражнения танцевального и силового характера, которые выполняются под музыку – это ... (2 балла)

Задание на установление соответствия

15. Установите соответствие между видами показателей состояния здоровья и их описанием (1 балл):

1	Субъективные показатели	А	Жизненная емкость легких
2	Объективные показатели	Б	Самочувствие

Задание на упорядочивание

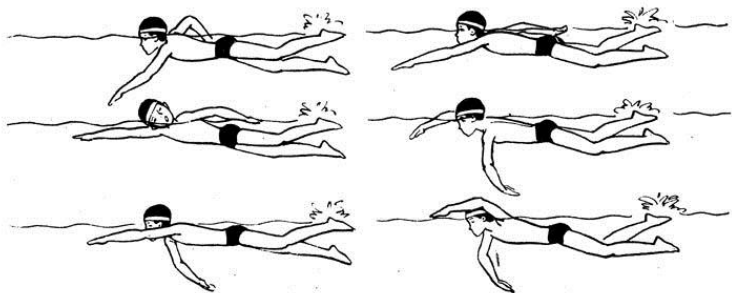
16. Укажите правильную последовательность нарастающих признаков отморожения при выполнении физических упражнений на улице в морозную погоду (2 балла):
а) онемение, б) отечность, в) посинение, г) побледнение

Задание на перечисление

17. Перечислите виды стоек со спуска на лыжах (1 балл):

Задание с графическим изображением двигательных действий

18. Какие способы плавания изображены на рисунках (впишите ответы в бланк ответов) (3 балла)

	А)
---	----

	<p>Б)</p>
	<p>Б)</p>

Задание-кроссворд

19. Решите кроссворд. Ответы внесите в бланк ответа (12 баллов).

				2						3			
	1				с								
					п								
					о								
				4	р				6				
					т								
					с								
					м								
					е								
		5			н								

Вопросы:

- по вертикали:

2. Одежда каратиста.

3. Спортсмен, выполняющий упражнение «Переворот боком».

6. Необходимая фаза перед отталкиванием в прыжке в длину способом «согнув ноги».

- по горизонтали:

1. Физическое качество человека, которое характеризует способность выполнять целенаправленные действия в условиях психофизиологического утомления.

4. Игрок, защищающий ворота.

5. След, оставляемый на снегу при ходьбе на лыжах.

Задание-задача

20. Решите задачу: Сергей должен пробежать по стадиону 3 км. Протяженность круга составляет 400 метров. Сколько кругов необходимо преодолеть Сергею? (4 балла).