**ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ 2018-2019**

**по предмету «Физическая культура»**

**МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП**

**7-8 КЛАСС**

**1. Термин «Олимпиада» означает…**

**а.** четырехлетний период между Олимпийскими играми

**б.** первый год четырехлетия, наступление которого празднуют Олимпийские игры

**в.** соревнования, проводимые во время Олимпийских игр

**г.** соревнований по летним или зимним видам спорта

**2. Физическое воспитание представляет собой…**

**а.** специализированный педагогический процесс по направленному использованию ценностей средств и методов физической культуры для преимущественного становления системы двигательных способностей человека

**б.** направленный педагогический процесс формирования активности личности в восприятии, чувствовании и оценивании прекрасного в культуре социума

**в.** специализированный педагогический процесс формирования комплекса знаний о физической культуре

**г.** способ повышения работоспособности и укрепления здоровья

**3. Что такое спорт? Укажите наиболее полное определение…**

**а.** педагогический процесс по формированию правильной осанки и развитию мышц

**б.** специфическая деятельность по удовлетворению двигательных потребностей человека, повышению уровня его физической подготовленности и работоспособности;

**в.** специфическая деятельность по обучению двигательным действиям в избранном виде спортивной деятельности

**г.** собственно-соревновательная деятельность, специальная подготовка к ней, а также специфические отношения, нормы и достижения в этой деятельности

**4. Какое из определений наиболее полно характеризует состояние здоровья человека? Здоровье это…**

**а.** отсутствие наследственных хронических заболеваний и вредных привычек

**б.** высокая устойчивость организма к неблагоприятным факторам среды, к инфекционным и вирусным заболеваниям

**в.** состояние полного физического, духовного и социального благополучия, сочетающегося с активной творческой деятельностью и максимальной продолжительностью жизни

**г.** целенаправленный педагогический процесс по восстановлению физических и духовных сил человека

**5. Процесс обучения двигательному действию рекомендуется начинать с освоения…**

**а.** основы техники

**б.** ведущего звена техники

**в.** деталей техники

**г.** исходного положения

**6. Вик Вайлд олимпийский чемпион 22 зимних Олимпийских игр в Сочи по…**

**а.** горнолыжному спорту

**б**. прыжках на лыжах с трамплина

**в**. сноуборду

**г**. санному спорту

**7. Лучшие условия для развития быстроты реакции создаются во время**

**а.** подвижных и спортивных игр

**б.** челночного бега

**в.** прыжков в высоту

**г.** метаний

**8. Легкую атлетику называют «королевой спорта» потому, что……………**

а. легкоатлетическая программа самая представительная на Олимпийских играх.

б. бег, прыжки, метания – неотъемлемая часть тренировки спортсменов, занимающихся другими видами спорта.

в. с помощью легкой атлетики можно развивать большинство физических качеств.

г. легкая атлетика – самый доступный вид спорта.

**9. Самостраховка в гимнастике - это**

а. способность выполнить упражнение безбоязненно.

б. умение выполнять упражнение с помощью товарища.

в. умение гимнаста выходить из опасных положений самостоятельно.

г. способность выполнять упражнения без риска.

**10. Двигательная активность, стимулирующая физическое развитие человека, обозначается как ...**

а. совершенствование. в. упражнение.

б. физическая культура. г. физическое воспитание.

**11. Законодательством Российской Федерации о физической культуре и спорте предусмотрено существование……**

а. запрета на курение и употребление алкоголя.

б. профессионального спорта.

в. любительского спорта.

г. фитнеса и аэробики.

**12. Талисманами XXII зимних Олимпийских игр 2014 году являются …**

а. полярные медведи Хайди и Хоуди.

б. мальчик и девочка Хокон и Кристин.

в. белый Мишка, Зайка и Леопард.

г. заяц, Койот и Медведь.

**13. Одной из образовательных задач системы физического воспитания школьников является…………………………**

а.формирование осознанного отношения к собственному физическому совершенствованию..

б. овладение системой знаний, двигательными умениями и навыками.

в. многолетнее сохранение высокого уровня работоспособности.

г. формирование свойств личности, обусловливающих ее физкультурно-спортивную активность.

**14. К количественным показателям «успеваемости» по предмету «физическая культура» относятся……**

а. количество побед в школьных соревнованиях.

б систематичность занятий физическими упражнениями и спортом.

в. уровень физической подготовленности.

г. ведение здорового образа жизни.

**15. Основными средствами совершенствования координационных способностей являются ……….**

а. упражнения с внешним отягощением.

б. скоростные упражнения.

в. упражнения, выполняемые, выполняемые с большой амплитудой.

г. упражнения, владение которыми не доведено до уровня навыка.

*Задания в открытой форме*

**16. Запишите утверждение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.**

 Положение занимающегося на снаряде, при котором его плечи находятся ниже точек хвата, в гимнастике обозначается как … …………………..

**17. Запишите утверждение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.**

Обучение двигательным действиям и воспитание физических качеств составляет основу физического ………………….

**18. Запишите утверждение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.**

Снежный валик или цветные подвижные фишки, служащие для обозначения границы между конькобежными дорожками называется………...

**19. Запишите утверждение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.**

Субъективное состояние, возникающее в период тяжелого физического утомления и характеризующееся чувством облегчения называют ………..

**20. Запишите утверждение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.**

Способность по ходу выполнения двигательного действия достигать максимальных показателей силы в возможно короткое время называется ………….

*Задания на сопоставление*

**21. Установите соответствие между видом спорта и их количеством игроков на спортивных площадках**

|  |  |
| --- | --- |
| **а.** Гандбол.  | **1.** 5 игроков.  |
| **б.** Футбол**.**  | **2.** 6 игроков.  |
| **в.** Баскетбол.  | **3.** 11 игроков.  |
| **г.** Волейбол.  | **4.** 7 игроков  |

**22. Укажите виды спорта, в которых прославились эти спортсмены олимпийцы**

|  |  |
| --- | --- |
| **а**. Валерий Брумель.  | **1.** Конькобежный спорт.  |
| **б.** Лидия Скобликова.  | **2.** Легкая атлетика.  |
| **в.** Владимир Сальников. | **3.** Плавание.  |
| **г.** Лев Яшин.  | **4.** Футбол**.**  |

*Задание на перечисление*

**23. Перечислите в бланке ответов, в правильной последовательности элементы прыжка в длину с разбега…**

**24. Перечислите в бланке ответов, основные физические качества человека…**

*Бонусный вопрос*

**25.** **Чтобы запомнить и впоследствии самостоятельно выполнять упражнения, их можно записывать в форме пиктограмм. Запишите графически упражнения из комплекса утренней зарядки**

И.п. – упор присев. 1-2 – встать, руки вверх, прогнуться, левую назад;

 3-4 – приставить левую и вернуться в и.п.

И.п. – стойка, руки на поясе. 1-2 – шагом правой, опуститься в стойку на левом колене;

 3-4 – встать в и.п.

И.п. – сед. 1-2 – упор лежа сзади прогнувшись, голову поднять; 3-4 – опуститься в сед.