**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ**

**МУНИЦИПАЛЬНОГО ЭТАПА РЕСПУБЛИКАНСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ 2021-2022 уч.г.**

**ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

**7-8 КЛАССЫ**

**Время на выполнение заданий – 45 минут.**

**Максимальное количество баллов – 41 балл.**

**Задания в закрытой форме**

***1. Первым российским деятелем олимпийского движения был:***

а) князь Л.В. Урусов

б) граф Г.И. Рибопьер

в) педагог П.Ф. Лесгафт

г) генерал А.Д. Бутовский

***2.* *На современных Олимпийских играх женщины впервые приняли участие в соревнованиях:***

а) по гимнастике;

б) по лыжному спорту;

в) по плаванию;

г) по фигурному катанию.

***3. В каком году прошли I зимние Олимпийские игры?***

а) 1896

б) 1924

в) 1980

г) 1994

***4. Что является олимпийским символом?***

а) пять переплетённых колец

б) белое атласное полотнище с олимпийскими кольцами

в) сочетание пяти колец с какими-нибудь другими элементами

г) олимпийский огонь

***5.***  ***Процесс становления, формирования и последующего изменения на протяжении жизни человека морфологических и функциональных свойств его организма, а также основанных на них двигательных способностей и качеств -***

а) физическая культура;

б) физическая подготовка;

в) физическое воспитание;

г) физическое развитие.

***6. Что из перечисленного относится к показателям физического совершенства?***

а) высокий уровень работоспособности, спортивное звание

б) спортивное звание, нормальное здоровье

в) гармоничное телосложение, максимальные показатели развития силы

г) нормальное здоровье, гармоничное телосложение

***7. Физкультурные минуты и физкультурные паузы применяются с целью…***

а) активного отдыха;

б) пассивного отдыха;

в) соблюдения режима дня;

г) развития физических качеств.

***8. Какие показатели характеризуют лёгкую степень утомления?***

а) дыхание прерывистое поверхностное, небольшое покраснение лица;

б) появление небольших капель пота на лице, побледнение лица;

в) появление небольших капель пота на лице, небольшое покраснение лица;

г) большая напряжённость мышц, дрожание конечностей.

***9. Какая из перечисленных закаливающих процедур относится к водным?***

а) полоскание горла холодной водой

б) посещение сауны

в) воздушные ванны

г) хождение босиком

***10.Какой из продуктов питания в своем составе имеет преимущественно***

***углеводы?***

а) мясо;

б) рыба;

в) макароны;

г) сливочное масло.

***11. В разделе лыжной подготовки обучение технике лыжных ходов начинается с:***

а) одновременно бесшажного хода;

б) одновременно одношажного хода;

в) попеременно двухшажного хода;

г) одновременно двухшажный ход.

***12. Какое расстояние до ворот при штрафном ударе в футболе?***

а) 7 метров

б) 8,5 метров

в) 10 метров

г) 11 метров

***13. Для воспитания какого физического качества применяются наклоны, махи и подобные упражнения с большой амплитудой?***

а) ловкость

б) быстрота

в) сила

г) гибкость

***14. Какому режиму физической нагрузки соответствует пульс 121–140 уд/мин?***

а) оздоровительный

б) поддерживающий

в) развивающий

г) тренирующий

***15. Какое из тестовых упражнений комплекса ГТО определяет развитие***

***двигательно-координационных способностей?***

а) сгибание и разгибание рук в упоре лёжа

б) метание малого мяча в горизонтальную цель

в) метание малого мяча на дальность

г) прыжок в длину с места толчком двух ног

***16. Какова конечная цель шахматной партии?***

а) рокировка;

б) цейтнот;

в) шах;

г) мат.

**Задания в открытой форме**

**17.** На гимнастическом снаряде переход из более высокого положения в более низкое положение, выполняемый силой в отличие от спада, называется - \_\_\_\_\_\_\_\_.

**18.** Как называется технический приём в волейболе, с которого начинают выполняться игровые действия каждой соперничающей командой?

**19.** Летние Олимпийские игры в СССР состоялись в \_\_\_\_\_ году

**20.** Основная группа велогонщиков в групповой шоссейной гонке называется - \_\_\_\_\_\_.

**21.** В какой стране и городе будут проходить Зимние Олимпийские игры 2022 года?

**Задание - задача**

**22.** Определите результат участника соревнований в лыжных гонках с раздельным стартом, выступавшим под номером 26, если старт был одиночным через 30 с. Время его финиша равно 49 мин 20 с.

**Задание на установление соответствия**

**23.** Установите соответствие между стандартными размерами спортивных площадок и спортивными играми:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Спортивные игры** |  | **Размеры спортивных площадок (м)** |
|  | 1. Футбол | А | 5,2 х 13,4 |
|  | 2. Хоккей с мячем | Б | 15 х 28 |
|  | 3. Волейбол | В | 20 х 40 |
|  | 4. Гандбол | Г | 9 х 18 |
|  | 5. Баскетбол | Д | 70 х 110 |
|  | 6. Бадминтон | Е | 64-75 х 100-110 |

**24.** Подберите слова в пары, составляющие устойчивые выражения, ответ запишите в бланке ответа соответствующими буквами.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | Вольный | А | Удар |
| 2 | Восстановительный | Б | Прыжок |
| 3 | Двойное | В | Ведение |
| 4 | Классический | Г | Катание |
| 5 | Опорный | Д | Шаг |
| 6 | Олимпийский | Е | Ход |
| 7 | Нападающий | Ж | Стиль |
| 8 | Скользящий | З | Период |
| 9 | Парное | И | Цикл |

**Задание на установление последовательности**

**25. Установите последовательность изучения размахивания в упоре на параллельных**

**гимнастических брусьях:**

1. Размахивание в упоре с увеличением амплитуды;

2. Упор лежа, руки на полу, ноги на гимнастической скамейке;

3. Размахивание в упоре с небольшой амплитудой;

4. Упор лежа сзади, руки на полу, ноги на гимнастической скамейке;

5. Размахивание в упоре на предплечьях.

**Вы закончили выполнение заданий.**

**Поздравляем!**