

Школьный этап

Всероссийской олимпиады школьников

по Физике. Физический
курс.

Ученика (цы) _____ 7 класса

МОБУ _____ Ступинской школы

Фамилия ученика (цы) Толстого

Имя ученика (цы) Валеры

Отчество ученика (цы) Борисович

Число месяц и год рождения 04.08.2008

ФИО учителя, оказавшего помощь в подготовке
к олимпиаде

Александр Валентинович Николаев

415 + 115 / 225 7

Всероссийская олимпиада школьников по физической культуре.

Школьный этап. 2022-2023 учебный год.

7-8 класс

Теоретический тур

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

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

2. Зимние Олимпийские игры празднуются...

- а) в течение первого года празднуемой Олимпиады;
- 9 б) в течение второго календарного года, следующего после года начала Олимпиады;
- в) в течение последнего года празднуемой олимпиады;
- г) в високосный год.

3. Заключительный этап подготовки атлетов к Играм в Древней Греции проводился в специальном помещении, называемом...

- а) ипподром;
- 1 б) амфитеатр;
- в) стадион;
- г) гимнасии.

4. основополагающие принципы современного олимпизма изложены в...

- а) Положении об Олимпийской солидарности;
- 0 б) Олимпийской клятве;
- в) Олимпийской хартии;
- г) официальных разъяснениях МОК.

5. Олимпийская Хартия – это....

- а) документ, устанавливающий условия празднования Олимпийских игр
- 0 б) название Оды, написанной Пьером де Кубертенем
- в) концепция современного олимпизма
- г) правила соревнований, входящих в программу Игр Олимпиады

1 6. Конечной целью шахматной игры является мат

0 7. Основное специфическое средство
физического воспитания _____

1 8. Положение, когда плечи находятся выше точек опоры, называется

упор
9. Быстрый переход из упора в вис называется

10. Физическая нагрузка организма человека обусловлена...

- а) напряжением определенных мышечных групп;
- б) временем и количеством повторений двигательных действий;
- в) внешними параметрами его двигательной активности;
- г) подготовленностью и состоянием здоровья человека.

11. Что такое осанка?

- а) силуэт человека;
- б) привычная поза человека в вертикальном положении;
- в) искусственно созданная поза человека напряжением мышц.
- г) поза человека в положении сидя

12. Что относится к водным видам спорта (выберите все возможные варианты)

- а) водное поло
- б) прыжки в воду
- в) спортивное плавание
- г) прикладное плавание
- д) синхронное плавание

13. Какие из перечисленных видов спорта - олимпийские?

- а) армреслинг
- б) керлинг
- в) конное поло
- г) боулинг
- д) гольф
- ж) регби
- з) конкур

14. Подводящие упражнения применяются...

- а) если обучающийся недостаточно физически развит;
- б) если в двигательном фонде отсутствуют опорные элементы;
- в) если необходимо устранять причины возникновения ошибок;
- г) если применяется метод целостно-аналитического упражнения.

15. Силовые упражнения рекомендуется сочетать с упражнениями на...

- а) координацию
- б) гибкость

- в) быстроту
- г) выносливость

16. Лучшие условия для развития быстроты реакции создаются во время...

- 1 а) подвижных и спортивных игр;
- б) выпрыгивание вверх с места;
- в) скоростно-силовых упражнений;
- г) прыжков в глубину.

17. При воспитании общей выносливости наиболее целесообразно применять...

- а) круговую тренировку в интервальном режиме;
- б) метод повторного упражнения с большой интенсивностью;
- 1 в) метод непрерывного упражнения с умеренной интенсивностью;
- г) метод интервального упражнения в гликолитическом режиме.

18. При воспитании гибкости следует стремиться к:

- а) достижению максимальной амплитуды движений в основных суставах;
- б) оптимальной амплитуде движений в плечевом и тазобедренном, коленном суставах;
- 1 в) гармоничному увеличению подвижности в основных суставах;
- г) увеличению подвижности позвоночника, локтевых и голеностопных суставов.

19. Выносливость человека не зависит от...

- а) энергетических возможностей организма;
- 0 б) настойчивости, выдержки, мужества;
- в) технической подготовленности;
- г) максимальной частоты движений.

20. Сопоставьте данные термины с их определениями:

1. Сила	а) способность быстро, точно, целесообразно, экономично решать двигательные задачи
2. Выносливость	б) способность совершать двигательные действия в минимальный для данных условий отрезок времени
3. Быстрота	в) способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему посредством мышечных напряжений
4. Ловкость	г) способность к длительному выполнению работы без заметного снижения ее эффективности

1

Термины	1	2	3	4
определения	В	Г	Б	А

1 21. Выход мяча за пределы площадки или поля в спортивных играх называется аут

22. Вращательное движение через голову с последовательным касанием опорной поверхности отдельными частями тела в гимнастике обозначается как _____.