

Школьный этап

Всероссийской олимпиады школьников

по Физической культуре

Ученика (цы) 8 класса

МОБУ Сунчурской школы

Фамилия ученика (цы) Богдановой

Имя ученика (цы) Ксении

Отчество ученика (цы) Сергеевна

Число месяц и год рождения 01.09.2008г

ФИО учителя, оказавшего помощь в подготовке

к олимпиаде

Ольга Валентина Николаевна

№

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;
- 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;
- 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;
- б) амфитеатр;
- в) стадиондrom;
- г) гимнасии.

4. Основополагающие принципы современного олимпизма изложены в...

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

5. Олимпийская Хартия – это....

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

6. Конечной целью шахматной игры является мат

7. Основное специфическое средство физического воспитания

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

9. Быстрый переход из упора в вис называется

снаг

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 плаванье
- г) прикладное плаванье
- д) синхронное плаванье

13. Какие из перечисленных видов спорта- олимпийские?

- а) армрестлинг
- б) керлинг
- в) конное поло
- г) боулинг
- д) гольф
- ж) регби
- з) конкурс

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...

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;

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;

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;

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 |

| Термины | 1 | 2 | 3 | 4 |
|-------------|---|---|---|---|
| определения | | | | |

- ① 21. Выход мяча за пределы площадки или поля в спортивных играх называется _____.
- ② 22. Вращательное движение через голову с последовательным касанием опорной поверхности отдельными частями тела в гимнастике обозначается как _____.