



ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
7-8 КЛАССЫ

Теоретический тур

Время выполнения заданий - 45 минут

Максимальное количество баллов - 29

Инструкция по выполнению заданий

Уважаемый участник Олимпиады!

Тебе предстоит выполнить 20 заданий. Внимательно, не спеша, прочитай каждое задание и определи наиболее верный и полный ответ.

Обведи кружком букву, соответствующую выбранному тобой ответу.

При необходимости исправить свой ответ, зачеркни крестиком неправильный вариант и обведи тот ответ, который считаешь верным.

В заданиях, требующих самостоятельного ответа, обдумай и сформулируй конкретный ответ только на поставленный вопрос.

В заданиях на соответствие (№18-20) в таблице для ответов под цифрами укажи соответствующую букву варианта ответа.

Если ты не знаешь, как выполнить задание, пропусти его и переходи к следующему. Если останется время, ты можешь ещё раз попробовать выполнить пропущенные задания.

После выполнения всех предложенных заданий еще раз удостоверься в правильности выбранных тобой ответов.

Правильный ответ оценивается в 1 балл с 1 по 14 вопросы, в 2 балла с 15 по 17 вопросы, в 3 балла с 18 по 20 вопросы

Желаем успеха!

Выбери единственное верное утверждение.

1. Основной правовой документ, определяющий деятельность всех физкультурных и спортивных организаций в России:

- A. Федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта
- B. Международная Конвенция о борьбе с допингом
- + C. Федеральный закон «О физической культуре и спорте»
- D. Олимпийская хартия

2. Сознательный приём спортсменом стимулирующего вещества, либо чрезмерной дозы лекарства:

- A. экстренное лечение
- + B. спортивный режим
- C. допинг
- D. иммунизация



ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ 2017-18 гг.
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
7-8 КЛАССЫ

3. Какому континенту соответствует кольцо желтого цвета на эмблеме Олимпийских игр?

- A. Африке
- B. Азии;
- + C. Америке;
- D. Европе.

4. Укажите группу внешних признаков, характеризующих острое переутомление I степени:

- A. значительное покраснение кожного покрова, учащенное поверхностное дыхание (38-46 раз в минуту), напряженная мимика;
- B. небольшое покраснение кожи, бодрая походка, спокойная мимика;
- C. учащенное поверхностное дыхание (до 22-26 в минуту), неуверенный шаг, легкое покачивание
- D. Резкие покачивания, появление некоординированных движений. Отказ от дальнейшего движения

5. Обладательница 18 олимпийских наград, из которых 9 золотых:

- A. Лариса Латынина;
- + B. Тамара Пресс;
- C. Ольга Корбут;
- D. Людмила Турищева.

6. Укажите наиболее частую причину нарушения осанки:

- A. нарушение естественных изгибов позвоночника
- B. слабая мускулатура
- C. увеличение межпозвоночных дисков
- D. высокий рост

7. Впервые с 1912 года спортсмены нашей страны выступали под российским флагом в ...

- A. 1992 г. на XVI играх в Альбервилле, Франция;
- + B. 1992 г. на играх XXV Олимпиады в Барселоне, Испания;
- C. 1994 г. на XVII играх в Лиллехаммере, Норвегия;
- D. 1996 г. на играх XXVI Олимпиады в Атланте, США.

8. Самостоятельные занятия физическими упражнениями НЕ могут разделяться:

- A. по типу нагрузки
- B. по величине нагрузки
- C. по интенсивности
- D. по погодным условиям



ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ 2017-18 гг.
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
7-8 КЛАССЫ

9. **Техникой физических упражнений принято называть**

- A. последовательность движений и элементов, включенных в упражнение
- B. выполнение упражнения с наименьшим расходом энергии
- + C. способ целесообразного решения двигательной задачи
- D. ритмичность выполнения физического упражнения

10. **Способность человека противостоять физическому утомлению в процессе мышечной деятельности:**

- A. функциональная устойчивость
- B. силовые способности
- C. выносливость
- D. тренированность

11. **Укажите правильную последовательность фаз дистанции спринтерского бега:**

- A. старт, бег по дистанции, замедление, финиширование
- + B. разминка, стартовый разгон, бег по дистанции, финиширование
- C. стартовый разгон, старт, бег по дистанции, финиширование
- D. старт, стартовый разгон, бег по дистанции, финиширование

12. **При любых физических нагрузках рекомендуется дышать определенным способом. Как рекомендуется дышать при длительной нагрузке высокой интенсивности?**

- A. через рот и нос попеременно
- B. через рот и нос одновременно
- C. только через рот
- D. только через нос

13. **Рассказывают, что в XIX веке в Англии на одном футбольном матче в спорный момент судья не засчитал гол. Один болельщик-торговец тут же предложил решение спора при помощи своего товара, что повлекло за собой изменение футбольных правил. Что он предложил?**

- A. ворота
- + B. сеть на ворота
- C. жёлтую карточку
- D. глазомер

14. **Учитель порекомендовал вам включить в самостоятельные занятия выполнение таких упражнений, как: прыжки и многоскоки; прыжки со скакалкой; броски и толкание набивных мячей. На развитие каких качеств направлены данные упражнения?**



ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ 2017-18 гг.
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
7-8 КЛАССЫ

- A. выносливости
- B. скоростных
- + C. скоростно-силовых
- D. лидерских

98

Вставьте необходимые термины:





15. Измерение пульса + является одним из наиболее доступных объективных методов контроля за сердечно-сосудистой системой

16. Конечной целью шахматной игры является мат +

17. Наиболее рациональный способ выполнения двигательного действия называется + техникой физического упражнения. 65

Найдите соответствие.

18. Соотнесите упражнения и группы мышц, которые преимущественно в них задействованы:

Группы мышц	Упражнения
1. Мышцы груди	A. 
2. Мышцы спины	B. 
3. Мышцы туловища и шеи	C. 
4. Мышцы рук и плечевого пояса	D. 



ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ 2017-18 гг.
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
7-8 КЛАССЫ

Ответ на вопрос 18:

Группа мышц №	1	2	3	4
Буква упражнения	C +	A +	B +	D +

35

19. Сопоставь способ передвижения на лыжах и его описание:

Способы передвижения на лыжах	Описание
1. Попеременный двухшажный ход	A. Лыжник отталкивается одновременно обеими руками, ноги держит параллельно
2. Одновременный одношажный ход	B. Лыжник производит два скользящих шага с попеременным отталкиванием палками на каждый шаг
3. Одновременный бесшажный ход	C. Толчок осуществляется двумя руками одновременно с толчком ногой

Ответ на вопрос 19:

Способ №	1	2	3
Буква описания	B +	C +	3 -

25

20. При занятиях физической культурой иногда случаются травмы. Чтобы своевременно и правильно оказать первую помощь необходимо чётко знать признаки, сопутствующие той или иной травме. Сопоставь вид травматизма и его признаки:

Вид травматизма	Признаки
1. Ушибы, растяжения	A. Резкая боль, усиливающаяся при попытке движения, постепенно нарастающая припухлость в месте повреждения, деформация части тела или конечности
2. Переломы, вывихи	B. Онемение повреждённой части тела, побледнение/посинение кожи и отёчность
3. Отморожение	C. Припухлость в месте повреждения, синяк

Ответ на вопрос 20:

Вид №	1	2	3
Буква признака	C +	A +	B +

35

Итого за теоретический тур 23 баллов.

79%