**ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ**

**ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП**

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ИСПЫТАНИЕ**

**7-8 КЛАССЫ**

# Максимальное количество баллов – 34.

Задания в закрытой форме, т. е. с предложенными вариантами ответов (а, б, в, г) оцениваются в **1 балл**, неправильно выполненное задание – **0 баллов**.

Задания в открытой форме, т.е. без предложенных вариантов ответов: правильное утверждение оценивается в **2 балла**, неправильное – **0 баллов**.

Задания на установление соответствия между понятиями: каждое верное утверждение этой группы оценивается в **1 балл**, неправильное – **0 баллов**.

**1. В каком году состоялись первые Олимпийские игры современности?**

а) в 1894 г.;

б) в 1896 г.;

в) в 1900 г.;

г) в 1912 г

**2. Кто был первым президентом Международного олимпийского комитета?**

а) Деметриус Викелас;

б) Пьер де Кубертен;

в) Алексей Бутовский;

г) Николай Панин-Коломенкин.

# 3.Когда был основан Всесоюзный физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»?

а) в 1929 г.;

б) в 1931 г.;

в) в 1934 г.;

г) в 1936 г.

**4. Самый эффективный способ выполнения физических упражнений**

а) техника;

б) умение;

в) навык;

г) результат.

**5. В каком виде спорта соревновательными упражнениями являются рывок и толчок?**

а) лёгкая атлетика;

б) лыжное двоеборье;

в) бобслей;

г) тяжёлая атлетика

**6. Соревнования обязательно должны присутствовать...**

а) в физической культуре;

б) при обучении двигательным действиям;

в) в спорте;

г) при воспитании физических качеств.

**7.Что является основным средством физической культуры?**

а) физические упражнения;

б) спортивное оборудование;

в) спортивный инвентарь;

г) закаливание.

**8. Каковы рекомендации при проведении занятия бегом?**

а) бег на стадионе можно проводить только по часовой стрелке;

б) бег на стадионе можно проводить только против часовой стрелки;

в) бег по прямой должен выполняться только с ускорением;

г) бег может выполняться только в группах

# 9.Какой из видов спорта относится к игровым?

а) фехтование;

б) скелетон;

в) кёрлинг;

г) шорт-трек.

**10. Какое из тестовых упражнений комплекса ГТО способствует развитию 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

**11. Какое из утверждений сформулировано некорректно?**

а) Утренняя зарядка способствует пробуждению организма от сна.

б) Утренняя зарядка повышает работоспособность основных систем организма.

в) Утренняя зарядка способствует восстановлению работоспособности.

г) Утренняя зарядка проводится ежедневно по утрам.

**12. 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.

**13. Для оценки каких способностей используется контрольное упражнение «нанесение карандашом точек на листе бумаги за 10 секунд»?**

а) вестибулярная устойчивость

б) быстрота движений

в) двигательно-координационные способности

г) быстрота реакции

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

а) оздоровительный

б) поддерживающий

в) развивающий

г) тренирующий

# 15.В какой части урока решается задача «восстановление организма после выполнения физических нагрузок»?

# а) подготовительная

# б) основная

# в) заключительная

# г) итоговая

# 16. Повторение по разным причинам игры между командами или спортсменами – это Ответ: переигровка.

# 17. Спортсмен, специализирующийся на коротких дистанциях.

# Ответ: спринтер.

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

# Ответ: Подача

# 19. Нарушение осанки во фронтальной плоскости называется…

# Ответ: Сколиоз

# 20. Установите соответствие между видом спорта и страной его происхождения.

|  |  |
| --- | --- |
| Вид спорта | Страна происхождения |
| 1) волейбол | А) Канада |
| 2) хоккей на льду | Б) США |
| 3) гольф | В) Англия |
| 4) регби | Г) Шотландия |

21. **Установите соответствие между летними видами спорта и принадлежностью их к олимпийской и неолимпийской программе их к олимпийской**

летние неолимпийские виды спорта

летние олимпийские виды спорта

|  |
| --- |
| киберспорт |
| триатлон |
| сёрфинг |
| спортивные танцы |
| софтбол |
| городки |
| хоккей на траве |