

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ 2020–2021

ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП

ТЕХНОЛОГИЯ

оценки качества выполнения теоретико-методических заданий

Всероссийская олимпиада школьников
по физической культуре 2020–2021 уч. г.
7-8 классы

Комплект 1

Инструкция по выполнению заданий

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к уровню знаний общеобразовательных школ по предмету «Физическая культура».

Задания объединены в 3 группы.

I. Задания в закрытой форме, т.е. с выбором правильного ответа № 1-12.

При выполнении заданий №1-12 необходимо выбрать единственно правильный вариант ответа из предложенных. Среди вариантов могут встретиться частично правильные, не подходящие в качестве ответа.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 1 балл.

II. Задания в открытой форме, в которых необходимо вписать ответ №13-18.

При выполнении этих заданий необходимо самостоятельно завершить высказывание, подобрать недостающие слова, чтобы получилось верное утверждение.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2 балла.

III. Задания на сопоставление, в которых необходимо сопоставить понятия и установить правильную последовательность №19-20.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2 балла.

Максимально можно набрать 28баллов.



olympmo.ru



@olymp_mo



/olympmo



/olympmo



@olympmo

Время выполнения всех заданий – 45 минут!

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Пропускайте задания, ответы на которые вызывают затруднение. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.

Желаем успеха!

I. Задания в закрытой форме, т.е. с выбором правильного ответа

Демо функционала: ОДИН ИЗ НЕСКОЛЬКИХ (текст) - №1-12

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в **1 балл**.

1. С какого года ведётся отсчёт первых Олимпийских игр Древней Греции?
 - а. 595 г. до н.э.;
 - б. с 684 г. до н.э.;
 - в. с 776 г. до н.э.;**
 - г. с 836 г. до н.э.

2. В каком виде спорта становились чемпионами Олимпийских игр Виктор Чукарин, Евгений Подгорный, Елена Замолодчикова, Алия Мустафина, Дмитрий Труш?
 - а. спортивной гимнастике;**
 - б. фехтование;
 - в. лёгкой атлетике;
 - г. плавание.

3. Здоровый образ жизни (ЗОЖ) предполагает:
 - а. упорядоченный режим труда и отдыха, отказ от вредных привычек
 - б. регулярное обращение к врачу
 - в. физическую и интеллектуальную активность**
 - г. регулярное питание и закаливание

4. Что включает в себя физическая культура личности?
 - а. знания о своём организме;
 - б. занятия физическими упражнениями;
 - в. умение применять знания в жизни;
 - г. всё вышеназванное**



olympmo.ru



@olymp_mo



/olympmo



/olympmo



@olympmo

5. Что такое осанка?
- а. силуэт человека;
 - б. привычное положение тела, когда человек сидит, стоит и передвигается;**
 - в. привычка к определённым позам;
 - г. качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие и настроение.
6. Акробатическая и художественная гимнастика относится к:
- а. производственной гимнастике;
 - б. прикладной гимнастике;
 - в. спортивной гимнастике;**
 - г. атлетической гимнастике;
7. К функциональным показателям, характеризующим особенности физического развития человека, относятся:
- а. уровень развития общей выносливости; результаты прыжка в длину с места, челночного бега, наклона вперёд;
 - б. объём грудной клетки; форма осанки; длина и масса тела; величина обхвата бёдер.
 - в. частота сердечных сокращений; сила основных мышечных групп;**
 - г. календарный возраст.
- 8.1 ВФСК ГТО – это...
- а. всероссийская физическая спортивная культура готов к труду и обороне.
 - б. всемирная федерация спортивной культуры готов к труду и обороне.
 - в. высший физкультурно-совершенный комплекс готов к труду и обороне.
 - г. всероссийский физкультурно-спортивный комплекс готов к труду и обороне.**
9. Назовите основные физические качества;
- а. координация, ЧСС, гибкость, сила, быстрота;
 - б. ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость;**
 - в. общая выносливость, скоростно-силовая выносливость, быстрота, сила, ловкость;
 - г. общая выносливость, силовая выносливость, гибкость, объём бицепсов, ловкость.



10. Самостоятельные физические упражнения в течение учебного дня обеспечивают:

- а. поддержание высокой работоспособности, активный отдых;
- б. предупреждение наступающего утомления, способствуют поддержанию высокой работоспособности на длительное время без перенапряжения;**
- в. поддержание здорового образа жизни в течение дня, коррекцию телосложения;
- г. рациональный режим дня, развитие физических качеств.

11. Какие действия необходимо выполнить при перестроении из одной шеренги в две, если по расчету у Вас второй номер?

- а. Стоять на месте.
- б. На первый счет с левой ноги сделать шаг вперед, на второй счет – не приставляя правой ноги, - шаг вправо, чтобы встать впереди первого номера, на третий счет приставить левую ногу.
- в. На первый счет с левой ноги сделать шаг назад, на второй счет, не приставляя правой ноги, - шаг вправо, чтобы встать в затылок первому номеру, на третий счет приставить левую ногу.**
- г. На первый счет - шаг левой ногой - назад, на второй - приставить ногу.

12. Баскетболист, получивший 5 персональных замечаний, удаляется...

- а. на две минуты
- б. на 10 минут
- в. до конца периода
- г. до конца встречи**

II. Задания в открытой форме, в которых необходимо вписать ответ.

Демо функционала: ЗАПОЛНИТЬ ПРОБЕЛ (ввод ответа)

13.1 Свод основополагающих принципов олимпизма, правил и официальных разъяснений, принятых Международным олимпийским комитетом (МОК), называется _____.
Запишите ответ с большой буквы, одним словом (Хартия)

За правильный ответ **2 балла**

14.1 Вид спорта, который совместил в себе лыжную гонку и стрельбу из винтовки называется _____. *Запишите ответ в именительном падеже с маленькой буквы. (биатлон)*

За правильный ответ **2 балла**



olympmo.ru



@olymp_mo



/olympmo



/olympmo



@olympmo

15.1 Обучение двигательным действиям и воспитание физических качеств составляет основу _____ . Запишите ответ с маленькой буквы. (физическое воспитание)

За правильный ответ **2 балла**

16. Спортивный снаряд, который перетягивают, называется _____ . Запишите ответ с маленькой буквы. (канат)

За правильный ответ **2 балла**

Демо функционала: ВВОД ОТВЕТА (строка)

17. На Пелопонесском полуострове в селении Олимпия, у подножия реки Алфей берут своё начало? Запишите ответ с большой буквы через пробел. (Олимпийские игры)

За правильный ответ **2 балла**

Демо функционала: ВВОД ОТВЕТА (число)

18.1 Норматив IV ступени ГТО (мальчики) в беге на 60м (с) на золотой знак – 8,2; серебряный знак – 9,2; бронзовый знак – 9,6. Учащийся пробежал 60 м за 8,6. На сколько секунд надо улучшить результат ученику, чтобы выполнить норматив на золотой знак ГТО? Укажите ответ в виде числа. (0,4)

За правильный ответ **2 балла**



III. Задания на сопоставление понятий.

Демо функционала: СОПОСТАВЛЕНИЕ (текст → текст)

19. Сопоставьте название теста и физические качества, которые они определяют.

А. Бег 60 или 100м

Б. Наклон вперёд из положения, стоя с прямыми ногами

В. Бег 2 км

Г. Метания мяча в цель

° Перетащите элементы на пустые поля сверху

Гибкость

Быстрота

Выносливость

Ловкость

За каждое правильное сопоставление – **0,5 балла.**

Максимально за правильный ответ – **2 балла.**

ОТВЕТ: А- быстрота, Б – гибкость, В – выносливость, Г – ловкость



Демо функционала: СОПОСТАВЛЕНИЕ (текст → число)

20. Установите правильное распределение(порядок выполнения) перечисленных ниже упражнений в занятии по общей физической подготовке (ОФП).

1. Ходьба или спокойный бег в чередовании с «дыхательными» упражнениями.

2. Упражнения, постепенно включающие в работу все большее количество мышечных групп.

3. Упражнения «на выносливость».

4. Упражнения «на быстроту и гибкость».

5. Упражнения «на силу».

6. Дыхательные упражнения.

° Перетащите элементы на пустые поля сверху

За правильный ответ – **2 балла**.

ОТВЕТ: 1-4; 2-2; 3-3; 4-5; 5-6; 6-1.

