

**ПРИГЛАСИТЕЛЬНЫЙ ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП  
ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ  
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА. 2020 г. 6–7 классы**

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР**

**Инструкция по выполнению заданий**

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

Задания объединены в 4 группы:

**I. Задания в закрытой форме, т.е. с выбором правильного ответа №№2-26**

При выполнении этих заданий 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 №№ 27-35**

При выполнении этих заданий необходимо самостоятельно подобрать правильный ответ.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2 балла.

**III. Задания на соответствие №№ 36-41**

Каждое верное утверждение этой группы оценивается в 1 балл.

**IV. Задание на установление правильной последовательности № 42**

Полноценно выполненное задание этой группы оценивается в 3 балла, неправильное – 0 баллов.

Максимально можно набрать 60 баллов.

Время выполнения всех заданий – 45 минут.

*Желаем успеха!*

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

**2. С какого года ведётся отсчёт первых Олимпийских игр Древней Греции?**

- а) с 394 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.

**3. Античные Олимпийские игры получили своё название потому, что соревнования проводились**

- а) у подножия горы Олимп
- б) в местности, называемой Олимпией
- в) в честь олимпийских богов
- г) после зажжения олимпийского огня

**4. В древних Олимпийских играх было состязание в пентатлоне (пятиборье), который включал в себя**

- а) бег, прыжки в высоту с разбега, толкание ядра, кросс по пересечённой местности, кулачный бой
- б) кулачный бой, верховую езду, панкратион, гонки на колесницах, марафонский бег
- в) бег, прыжки в длину, метание копья и диска, борьбу
- г) плавание, бег, верховую езду, фехтование, борьбу

**5. В каком году был создан Международный олимпийский комитет?**

- а) 1892 г.
- б) 1894 г.
- в) 1896 г.
- г) 1900 г.

**6. В каком городе находится штаб-квартира МОК?**

- а) Париж
- б) Берлин
- в) Осло
- г) Лозанна

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

- а) в 1881 г.
- б) в 1896 г.
- в) в 1900 г.
- г) в 1905 г.

**8. Под физической культурой понимается**

- а) часть культуры общества и человека
- б) процесс развития физических способностей
- в) вид воспитания, направленный на обучение движениям и развитие физических качеств
- г) развитие естественных сил природы и воспитание гигиенических качеств

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

- а) соревнования
- б) физические упражнения
- в) закаливание
- г) соблюдение режима дня

**10. Какими показателями характеризуется физическое развитие?**

- а) наследственностью, конституцией
- б) антропометрическими показателями, росто-весовыми показателями
- в) физической подготовленностью
- г) телосложением, развитием физических качеств, состоянием здоровья

**11. Способы выполнения двигательных действий, с помощью которых двигательная задача решается с относительно большей эффективностью, принято называть**

- а) двигательными умениями
- б) двигательными навыками
- в) техникой физических упражнений
- г) физическим совершенством

**12. 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

**13. В каком виде деятельности требуется проявление выносливости?**

- а) бег на 3 км
- б) шоссейные велогонки
- в) бег на лыжах
- г) всё перечисленное

**14. К циклическим видам спорта относятся**

- а) борьба, бокс, фехтование
- б) баскетбол, волейбол, футбол
- в) лыжные гонки, плавание
- г) метание мяча, диска, молота

**15. Бег с остановками и изменением направления по сигналу преимущественно способствует формированию**

- а) гибкости
- б) силовой выносливости
- в) быстроты реакции
- г) скоростной силы

**16. К малоэффективным упражнениям для воспитания силы относят**

- а) подтягивание на перекладине
- б) упражнения с гантелями
- в) отжимания
- г) кувырки

**17. Начало какой из спортивных игр сопровождается спорным броском мяча в центре круга?**

- а) баскетбол
- б) гандбол
- в) волейбол
- г) регби

**18. В каких условных единицах оцениваются гимнастические упражнения?**

- а) в секундах
- б) в баллах
- в) в метрах
- г) конкретных единиц нет

**19. В каком виде спорта проявили себя Аделина Сотникова, Алина Загитова, Алексей Ягудин, Евгений Плющенко?**

- а) лёгкая атлетика
- б) фигурное катание
- в) теннис
- г) спортивная гимнастика

**20. В какой дисциплине лёгкой атлетики Елена Исинбаева стала олимпийской чемпионкой?**

- а) прыжки в длину
- б) прыжки в высоту
- в) прыжки с шестом
- г) тройной прыжок

**21. Сколько игроков одной команды одновременно может находиться на поле в футболе?**

- а) 7
- б) 9
- в) 11
- г) 15

**22. Как называются брусья в спортивной гимнастике в мужской программе?**

- а) параллельные
- б) перпендикулярные
- в) разновысокие
- г) прямо пропорциональные

**23. Наиболее скоростным способом плавания является**

- а) кроль на спине
- б) брасс
- в) баттерфляй
- г) кроль на груди

**24. Здоровый образ жизни – это способ жизнедеятельности, направленный на**

- а) развитие физических качеств людей
- б) поддержание высокой работоспособности людей
- в) сохранение и улучшение здоровья людей
- г) подготовку к профессиональной деятельности

**25. Основная причина нарушения осанки**

- а) нарушение режима питания
- б) гиподинамия
- в) слабость мышц
- г) неправильно подобранная мебель

**26. Кто стал первым Олимпийским чемпионом современности?**

- а) Николай Панин-Коломенкин
- б) Джеймс Конноли
- в) Джесси Оуэнс
- г) Джеймс Нейсмит

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

27. Вид испытания, входивший в программу древних Олимпийских игр, заключающийся в соединении борьбы с кулачным боем, называется \_\_\_\_\_.

28. В какие годы не проводились Олимпийские игры в период II мировой войны?

--	--

29. Какова протяжённость дистанции в марафонском беге?

	КМ		М
--	----	--	---

30. Система профилактических мероприятий, направленных на сопротивляемость организма к неблагоприятным факторам внешней среды, называется \_\_\_\_\_.

31. Сколько ступеней входят в структуру ВФСК «Готов к труду и обороне»?

\_\_\_\_\_.

32. Представителем каких видов спорта был советский спортсмен Лев Яшин?

--	--

33. Вид спорта, который совместил в себе лыжную гонку и стрельбу из винтовки, называется \_\_\_\_\_.

34. Как называется способность преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему за счёт мышечных напряжений, усилий?

\_\_\_\_\_.

35. Напишите спортивную дисциплину, представленную на рисунках, присутствующую на античных и современных Олимпийских играх.

\_\_\_\_\_.



### III. Задания на соответствие

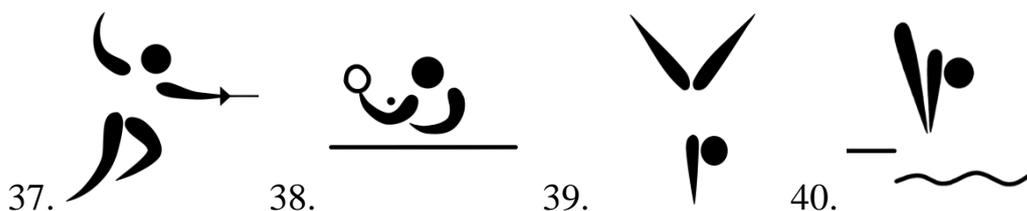
**36. Установите соответствие между материком и цветом кольца олимпийского флага.**

МАТЕРИК	ЦВЕТ КОЛЬЦА ОЛИМПИЙСКОГО ФЛАГА
1. Австралия	А. Красный
2. Азия	Б. Голубой
3. Америка	В. Жёлтый
4. Африка	Г. Зелёный
5. Европа	Д. Чёрный

**Ответ:**

1.	2.	3.	4.	5.

**37-40. Олимпийские пиктограммы – стилизованные изображения олимпийских видов спорта, в основе которых лежат силуэты спортсменов. Определите соответствие каждой пиктограммы своему олимпийскому виду спорта.**



- А. Настольный теннис
- Б. Прыжки в воду
- В. Фехтование
- Г. Спортивная гимнастика

**Ответ:**

37.	38.	39.	40.

**41. Установите соответствие между видом спорта и спортсменом.**

СПОРТСМЕН	ВИД СПОРТА
1. Алия Мустафина	А. ФУТБОЛ
2. Юлия Ефимова	Б. Фигурное катание
3. Игорь Акинфеев	В. Хоккей
4. Александр Овечкин	Г. Плавание
5. Алина Загитова	Д. Спортивная гимнастика

**Ответ:**

<b>1.</b>	<b>2.</b>	<b>3.</b>	<b>4.</b>	<b>5.</b>

**IV. Задание на установление правильной последовательности**

**42. Запишите верную последовательность действий на уроке физической культуры в школе.**

- 1) разучивание техники прыжка в длину
- 2) выполнение строевых команд
- 3) разминка
- 4) подвижная игра на внимание
- 5) построение

**Ответ:** \_\_\_\_\_.

## **ТЕХНОЛОГИЯ**

### **оценки качества выполнения теоретико-методических заданий**

#### **I. Задания в закрытой форме (№№ 2-26)**

Каждое верное задание оценивается в **1 балл**, неправильно выполненное задание – 0 баллов.

#### **II. Задания в открытой форме (№№ 27-35)**

Каждое верное задание оценивается в **2 балла**, неправильное – 0 баллов.

#### **III. Задания на соответствие. (№№ 36-41)**

Каждое верное утверждение этой группы оценивается в **1 балл**, неправильное – 0 баллов.

#### **IV. Задание на установление правильной последовательности (№ 42)**

Полноценно выполненное задание этой группы оценивается в **3 балла**, неправильное – 0 баллов.

Итоговая оценка представляется суммой баллов оценки выполненных заданий.

1. Задания в закрытой форме – в сумме **26 баллов** (26 вопросов).

2. Задания в открытой форме – в сумме **18 баллов** (9 вопросов).

3. Задания на соответствие – в сумме **14 баллов** (3 вопроса).

4. Задание на установление последовательности – в сумме **3 балла** (1 вопрос).

Максимально возможная сумма – всего **60 баллов**.