

Загбаев Александр 8 класс

Управление образования Городовиковского районного муниципального образования
Республики Калмыкия
Задания школьного этапа Всероссийской олимпиады школьников
по физической культуре _ для 7-8 класса
2023-2024 учебный год

Время выполнения – 40 мин

Тесты по физической культуре для учащихся 7-8-х классов (теоретическая часть)

Вопросы.

1. Что подразумевается под термином «физическая культура»?
 - а) Вид подготовки к профессиональной деятельности;
 - б) процесс изменения функций и форм организма;
 - в) часть общей человеческой культуры.
2. В каком году и в каком городе состоялись 22 летние Олимпийские игры?
 - а) 1976 г., Монреаль;
 - б) 1980 г., Москва;
 - в) 1984 г., Лос-Анджелес.
3. На что в большей мере оказывают пагубное влияние спиртные напитки, наркотические вещества, курение?
 - а) на личность в целом;
 - б) на сердечно-сосудистую систему;
 - в) на продолжительность жизни.
4. В чём заключаются основные меры предупреждения травматизма при самостоятельных занятиях физической культурой?
 - а) В соблюдении правил поведения на спортивных сооружениях и подборе нагрузки, соответствующей функциональному состоянию;
 - б) в подборе физической нагрузки с учётом общего состояния организма и в периодической смене деятельности;
 - в) в чётком контроле над длительностью занятий и физической нагрузкой.
5. Что такое закаливание?
 - а) Укрепление здоровья;
 - б) приспособление организма к воздействиям внешней среды;
 - в) зимнее плавание в проруби и хождение по снегу босиком.
6. Какую награду получал победитель на Олимпийских играх в Древней Греции?
 - а) Венок из ветвей оливкового дерева;
 - б) звание почётного гражданина;
 - в) медаль, кубок и денежное вознаграждение.
7. Что запрещено делать во время бега на короткие дистанции?
 - а) Оглядываться назад;

- б) задерживать дыхание;
в) переходить на соседнюю дорожку.
8. Какой из приёмов больше подходит для контроля над функциональным состоянием организма во время занятий физическими упражнениями?
а) Измерение частоты сердечных сокращений (до, вовремя и после окончания тренировки);
б) периодическое измерение силы мышц кисти, массы и длины тела, окружности грудной клетки;
в) подсчёт в покое и во время тренировочной работы частоты дыхания.
9. Каковы причины нарушения осанки?
а) Неправильная организация питания;
б) слабая мускулатура тела;
в) увеличение роста человека.
10. Почему античные Олимпийские игры называли праздником мира?
а) В них принимали участие атлеты со всего мира;
б) в период проведения игр прекращались войны;
в) игры отличались миролюбивым проведением соревнований.
11. Какое движение (двигательное упражнение или тест) следует выбрать при оценке уровня силовых возможностей?
а) Прыжки со скакалкой;
б) длительный бег до 25-30 минут;
в) подтягивание из вися на перекладине.
12. При помощи каких упражнений можно повысить выносливость?
а) Общеразвивающие упражнения с возрастающей амплитудой движения;
б) бег с различной скоростью и продолжительностью;
в) эстафеты с набором различных заданий.
13. Что нужно делать для предупреждения переутомления во время занятий физическими упражнениями?
а) Правильно дозировать нагрузки и чередовать упражнения, связанные с напряжением и расслаблением;
б) чередовать упражнения, связанные с напряжением и расслаблением;
в) измерять пульс.
14. Кто из знаменитых учёных Древней Греции побеждал на Олимпийских играх в соревнованиях кулачных бойцов?
а) Платон (философ);
б) Пифагор (математик);
в) Архимед (механик).
15. Кто является инициатором возрождения Олимпийских игр современности?
а) Римский император Феодосий I;
б) Пьер де Кубертен;

в) Хуан Антонио Самаранч.

+ 16. Что надо сделать, если вы стали очевидцем несчастного случая во время занятий?

- а) Сообщить об этом администрации учреждения;
- б) вызвать «скорую помощь»;
- в) немедленно сообщить учителю (преподавателю).

- 17. Первый российский Олимпийский чемпион?

- а) Николай Панин-Коломенкин;
- б) Дмитрий Саутин;
- в) Ирина Роднина.

+ 18. Чему равен один стадий?

- а) 200м 1см;
- б) 50м 71см;
- в) 192м 27см.

+ 19. Как переводится слово «волейбол»?

- а) Летящий мяч;
- б) мяч в воздухе;
- в) парящий мяч.

- 20. Кто придумал и впервые сформулировал правила баскетбола?

- а) Джеймс Нейсмит;
- б) Майкл Джордан;
- в) Билл Рассел.

+ 21. Укажите последовательность частей урока физкультуры:

- 1) заключительная, 2) основная, 3) вводно-подготовительная?
- а) 1,2,3;
- б) 3,2,1;
- в) 2,1,3.

+ 22. Право проведения Олимпийских игр предоставляется

- а) городу;
- б) региону;
- в) стране.

+ 23. Международный Олимпийский комитет является

- а) международной неправительственной организацией;
- б) генеральной ассоциацией международных федераций;
- в) международным объединением физкультурного движения.

- 24. Основной формой подготовки спортсменов является

- а) утренняя гимнастика;
- б) тренировка;
- в) самостоятельные занятия.

- + 25. Выход запасного игрока на площадку вместо игрока основного состава в волейболе обозначается как *замена*
- + 26. Бег по пересечённой местности обозначается как *кросс*
- + 27. Нормативы, являющиеся основой для присвоения спортивных разрядов содержатся в спортивной *классификации*
- + 28. Спортивный снаряд для метания, представляющий собой цельнометаллический шар, прикрепляемый тросом к рукоятке называется *мяч*
- + 29. Самым быстрым способом плавания является *краул*
- + 30. Запрещённые фармакологические препараты и процедуры, используемые с целью стимуляции физической и психической работоспособности, обозначают как *допинг*
- + 31. В подростковый период силовые упражнения могут служить препятствием к увеличению *роста*
- + 32. Состояние полного физического, душевного и социального благополучия, отсутствие болезней и физических недостатков называется *здоровье*

Задания с выбором одного или нескольких правильных ответов (в закрытой форме) стоимость одного задания – 1 балл

Задания, в которых правильный ответ надо дописать (в открытой форме) - стоимость одного задания – 2 балла

Максимальное количество возможных баллов 40

32