

**ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ 2020–2021 уч. г.**

7-8 класс

код № _____

- 1. Какие есть разновидности подачи в волейболе?**
 - а. левая, правая;
 - б. сильная, слабая;
 - в. средняя, верхняя;
 - г. верхняя, нижняя, боковая.
- 2. Назовите фазы спринтерского бега:**
 - а. старт, бег по дистанции, финиширование;
 - б. старт, стартовый разгон, бег по дистанции, финиширование;
 - в. стартовый разгон, бег по дистанции;
 - г. старт, стартовый разгон, финиширование;
- 3. Отметьте фазы прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание».**
 - а. разбег, отталкивание, полет, приземление;
 - б. отталкивание, полет, приземление;
 - в. разбег, отталкивание, приземление;
 - г. разбег, полет, приземление.
- 4. Какие направления физической культуры существуют?**
 - а. спортивное, оздоровительное;
 - б. физкультурно-оздоровительное, спортивное, прикладное;
 - в. адаптивное, профессиональное, спортивное;
 - г. прикладное, физкультурное.
- 5. Что в волейболе означает определение: «Действие игроков вблизи сетки по преграждению пути мяча, направленного соперником, поднятием руки выше верхнего края сетки»?**
 - а. атакующий удар;
 - б. блокирование;
 - в. заслон;
 - г. задержка.
- 6. Задачи по укреплению и сохранению здоровья в процессе физического воспитания решаются на основе ...**
 - а. закаливания и физиотерапевтических процедур;
 - б. совершенствования телосложения;
 - в. обеспечения полноценного физического развития;
 - г. формирования двигательных умений и навыков.
- 7. Спортивная подготовка состоит из**
 - а. физической;
 - б. технической;
 - в. психологической;
 - г. все перечисленное.
- 8. Назовите последовательность определения пульса по возрастающей шкале: при ходьбе (1), сидя (2), при беге (3), лежа (4), стоя (5).**
 - а. 1, 2, 3, 4, ,5;
 - б. 1, 3, 5, 2, 4;
 - в. 2, 3, 1, 4, 5;
 - г. 4, 2, 5, 1, 3.

9. В streetball играют:

- а. 3×3 ;
- б. 4×4 ;
- в. 5×5 ;
- г. используют все варианты.

10. Отметьте город, в котором не проходили Игры Олимпиад между I и II мировыми войнами.

- а. Лондон (Великобритания);
- б. Берлин (Германия);
- в. Антверпен (Бельгия);
- г. Амстердам (Нидерланды).

11. Какой атрибут является общим для древних и современных Олимпийских игр?

- а. символ – пять переплетенных колец;
- б. девиз: ««Citius, Altius, Fortius!» («Быстрее, выше, сильнее!»);
- в. торжественная клятва спортсменов;
- г. эстафета олимпийского огня.

12. С помощью, каких действий можно предупредить травматизм на занятиях физической культурой и спортом?

- а. не нарушать правила игры или соревнований;
- б. использовать средства предупреждения отморожения, солнечного удара;
- в. использовать специальные средства защиты для кожи, суставов;
- г. всё перечисленное.

13. Время преодоления короткой дистанции зависит от ...

- а. скорости бега;
- б. времени реагирования на стартовый сигнал;
- в. длины шагов;
- г. все вышеперечисленные варианты подходят.

14. Чем знаменит Пьер де Кубертен?

- а. он был первым олимпийским чемпионом.
- б. он возродил олимпийские игры.
- в. он ввёл панкратион в программу Олимпийских игр.
- г. он был первым президентом Международного олимпийского комитета.

15. Проявлением каких личностных качеств человека является самообладание?

- а. волевых;
- б. нравственных;
- в. этических;
- г. физических.

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

- а. вестибулярная устойчивость;
- б. быстрота движений;
- в. двигательнo-коoрдинационные способности;
- г. быстрота реакции.

17. Что понимается под термином «Дистанция» в гимнастике?

- а. расстояние между занимающимися «в глубину»;
- б. расстояние между занимающимися «по фронту»;
- в. расстояние от впереди стоящего занимающегося до стоящего сзади строя;
- г. расстояние от первой шеренги до последней.

18. Отметьте, какую дистанцию в спринте в биатлоне бегут спортсмены (женщины).

- а. 7,5 км;
- б. 10 км;
- в. 15 км;
- г. 20 км.

19. Какой из видов спорта относится к игровым?

- а. хоккей;
- б. самбо;
- в. биатлон;
- г. фехтование.

20. ДЮСШ - это:

- а. футбольная команда;
- б. детская юношеская спортивная школа;
- в. детский юношеский спортивный клуб;
- г. дворовая команда.

21. Какие из данных упражнений являются базовыми упражнениями для развития мышц рук и плечевого пояса

- а. поднимание ног и таза лежа на спине;
- б. повороты и наклоны туловища;
- в. отжимания;
- г. круговые вращения рук.

22. Кто из российских спортсменок обладает 28 мировыми рекордами в прыжках с шестом?

- а. Светлана Феофанова;
- б. Елена Исинбаева;
- в. Дарья Клишина;
- г. Мария Ласицкене.

23. Что относят к личной гигиене?

- а. гигиена кожи;
- б. правильно подобранная одежда;
- в. правильно подобранная обувь;
- г. всё перечисленное.

24. Назовите спортивную игру, состоящую из трёх партий, которая проводится на площадке для парной игры размером 1340 x 610 см, делится поперёк сеткой, натянутой на высоте 152 см, цель игры – выиграть две партии из трёх _____ .

25. Пробегаемая каждым участником команды определенная дистанция называется _____ .

26. Механическое воздействие на тело человека с помощью специальных движений называется _____ .

27. Способ передвижения, в котором присутствует фаза полёта, называется _____

28. Приспособление организма к условиям существования обозначается понятием _____

29. Установите соответствие между видом спорта и названием времени игры.

Вид спорта	Название времени игры
1. футбол	а) энд
2. баскетбол	б) сет
3. хоккей	в) тайм
4. теннис	г) раунд
5. бокс	д) четверть
6. кёрлинг	е) период

30. Сопоставьте название теста и физические качества, которое они определяют

Тест	Физические качества
1. прыжок в длину с места	а) ловкость
2. бег 60 или 100м	б) скоростно-силовые
3. подтягивание	в) быстрота
4. бег 2 км	г) сила
5. наклон вперёд из положения стоя с прямыми ногами	д) выносливость
6. метания мяча в цель	е) гибкость

Количество правильных ответов _____

_____(_____)
 Подпись Ф.И.О

_____(_____)
 Подпись Ф.И.О