

Районный отдел образования администрации Краснохолмского района
Районный методический кабинет
Школьный этап Всероссийской олимпиады школьников по физкультуре
2018-2019 учебный год
Задания для 7-8 классов
Теоретико-методическое задание
Инструкция по выполнению заданий.

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям по предмету «Физическая культура». Задания объединены в 2 группы:

Задания в закрытой форме, то есть с предложенными вариантами ответов. Задания представлены в форме незавершенных утверждений, которые при завершении могут оказаться либо истинными, либо ложными. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильное завершение из предложенных вариантов. Выбранные варианты записываются в бланк ответов. Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте незнакомые задания. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 1 балл.

Задания в открытой форме, то есть без предложенных вариантов ответов. При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подбранное определение вписывайте в соответствующую графу бланка ответов.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2 балла.

Контролируйте время выполнения задания.

Желаем успеха!

Время выполнения работы – 45 минут

1.Первый Олимпийские игры Древности состоялись в...

- А. 906 г . до нашей эры.
- Б. 1201 г до нашей эры.
- В. 776 г. до нашей эры.

2. Термин «Олимпиада» означает...

- А. Первый год четырехлетия, наступление которого празднуется играми
- Б. Четырехлетний период между Олимпийскими играми
- В. Собрание спортсменов в одном городе

3.Олимпийская хартия – это...

- А. Название оды спорту, написанной Пьером де Кубертенем.
- Б. Свод законов, по которым живёт Олимпийское движение.
- В. Правила соревнований, входящих в программу Олимпийских Игр.

4.Первые Олимпийские игры современности состоялись в ...

- А. 1896 году.
- Б. 1908 году.
- В. 1980 году

5.Положение занимающегося на снаряде, при котором его плечи находятся ниже точек хвата, в гимнастике обозначается как

- А. Упор
- Б. Вис
- В. Хват

6. Самый высокий ранг соревнований:

- а) чемпионат мира;
- б) Олимпийские игры;
- в) чемпионат Европы

7.Физическим упражнением называют ...

- А. Двигательное действие, используемое для формирования техники движений
- Б. Двигательное действие, используемое для развития физических качеств и укрепления здоровья
- В. Двигательные действия, выполняемые на уроках физической культуры и в самостоятельных занятиях

8.Исторически сложившаяся деятельность человека, базирующаяся на соревнованиях, выявляющая победителей и определяющая спортивные достижения, называется

- А. Спортом
- Б. Физической культурой
- В. Физическим воспитанием

9. Основным средством физического воспитания является ...

- А.Физические упражнения.
- Б. Закаливание.
- В. Соблюдение режима дня.

10. Структура урока физической культуры состоит из ...

- А. Вводной, разминочной, восстановительной части.
- Б. Подготовительной, основной, заключительной части.
- В. Подготовительной, основной, восстановительной части.

11. Скелетон является разновидностью...

- А. Санного спорта.
- Б. Конькобежного спорта.
- В. Лыжного спорта

12. Стритбол – это разновидность ...

- А. Баскетбола.
- Б. Футбола.
- В. Гандбола.

13. Разбег, толчок, фаза полета, приземление – это элементы техники...

- а) метания мяча в цель на дальность;
- б) прыжка в длину с места;
- в) прыжка в длину с разбега.

14. Быстрота определяется с помощью:

- а) прыжка в длину с разбега;
- б) бега на 30м и 60 м;
- в) бега на 1000 м.

15. Упражнения для развития координации:

- А) Прыжки на скакалке;
- Б) Жанглирование мячами;
- В) Отжимание;
- Г) Метание мяча в цель.

16. Количество игроков на площадке в игре баскетбол:

- а) 4 ; б) 5; в) 10

17. Строй, в котором занимающиеся расположены в затылок друг за другом называется

18. Сколиоз - это боковое искривление _____

19. Комплекс физических упражнений, обеспечивающий постепенный переход от сна к бодрствованию называется _____

20. Вис - положение занимающегося на снаряде, при котором его плечи находятся _____ точек хвата

Задание на установление соответствия

21. Физические качества- Физические действия

- 1. скорость а. прыжки
- 2. скоростно-силовые б. кросс
- 3. выносливость в. спринт

22. вид спорта спортсмен

- 1.Екатерина Гамова. А. фигурное катание
- 2.Евгения Медведева. Б. плавание
3. Юлия Ефимова. В. Волейбол

23. год проведения олимпийских игр - город

1. 2016. А. Пекин
2. 2012. Б. Рио-де-жанейро
- 3.2008. В. Лондон

24. Спортивный снаряд- Физические действия

1. батут а. кувырок
2. кольца б. прыжки
3. мат в. Подтягивание

25. Установите последовательность обучения подачи в волейболе:

- а) имитация;
- б) рассказ;
- в) показ;
- г) отработка подачи;
- д) имитация подачи в целом.

Районный отдел образования администрации Краснохолмского района
Районный методический кабинет
Школьный этап Всероссийской олимпиады школьников по физкультуре
2018-2019 учебный год
Ключи для 7-8 классов

1	В	18	позвоночника
2	Б	19	зарядка
3	Б	20	ниже
4	А	21	1-в; 2-а; 3-б
5	Б	22	1-в; 2-а; 3-б
6	Б	23	1-б; 2-в; 3-а
7	Б	24	1-б; 2-в; 3-а
8	А	25	А, Б, В, Д, Г
9	А		
10	Б		
11	А		
12	А		
13	В		
14	Б		
15	Б		
16	Б		
17	колонна		

Практическая часть

Акробатика юноши и девушки 7-8 классы

1. Общие требования

1.1. Испытания состоят из акробатического упражнения.

1.2. Упражнения носят строго обязательный характер. В случае изменения установленного порядка выполнения упражнения, оно не оценивается, и участник получает 0,0 баллов.

1.3. Если участник не сумел выполнить какой-либо элемент, включённый в упражнение, или заменил его другими, оценка снижается на указанную в программе стоимость.

1.4. Упражнения должны иметь четко выраженное начало и окончание, выполняться слитно, динамично, без неоправданных пауз.

2.

Девушки 7-8 классы

	Связки	Стоимость
1	И.П.-О.С. Равновесие на правой(левой), руки в стороны (держать) /1,0/ - шагом левой (правой) кувырок вперед в упор присев /1,0/	2,0 балла
2	Кувырок вперед в сед с наклоном /1,0/, выпрямляясь, сед углом, руки в стороны (держать) /1,0/	2,0 балла
3	Лечь на спину, руки вверх — «мост» (держать) /1,0/, поворот кругом в упор стоя на правом (левом) колене, левую (правую) назад /1,0/	2,0 балла

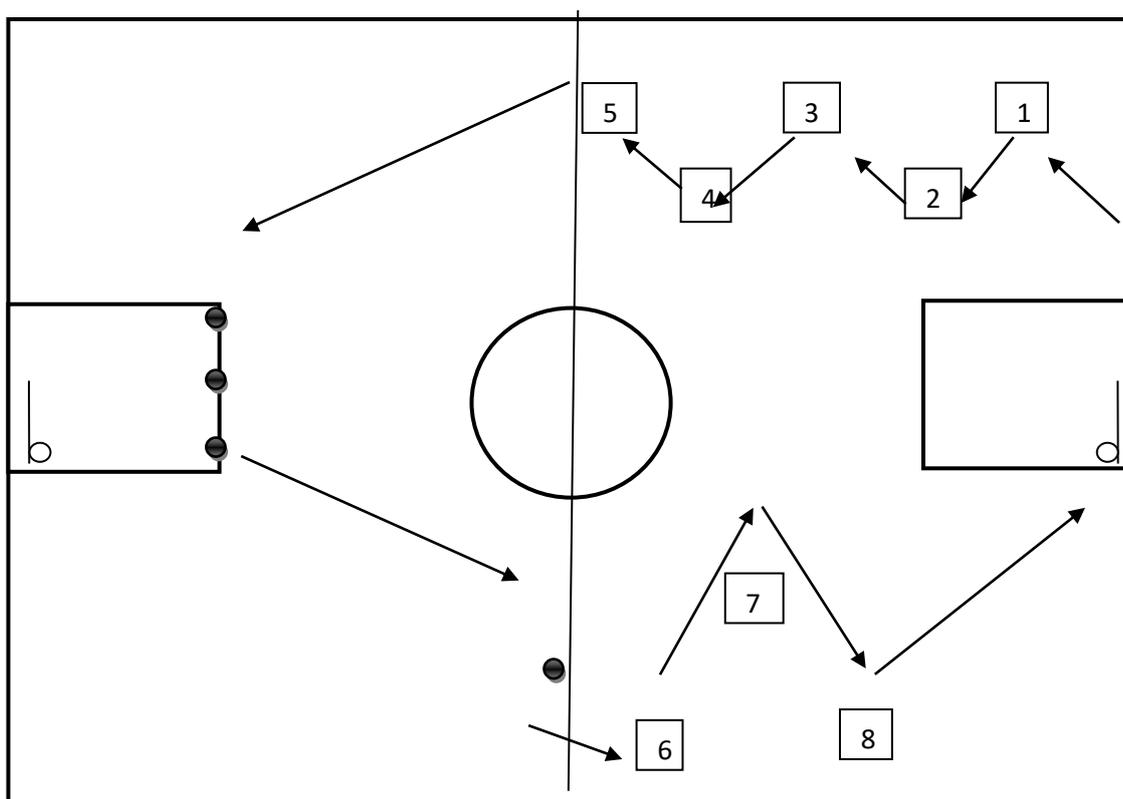
4	Махом левой (правой) упор присев, прыжок вверх прогибаясь со взмахом рук и о.с. /1,0/ Переворот в сторону и, приставляя ногу, поворот направо (налево) /1,0	2,0 балла
5	Кувырок назад в полушпагат, руки в стороны /1,0/ — упор присев, прыжок вверх с поворотом кругом /1,0/	2,0 балла

Юноши 7-8 классы

	Связки	Стоимость
1	И.П.-О.С. Из упора присев силой стойка на голове и руках (держать) /1,5/, в стойке на голове и руках развести ноги врозь (обозначить) и соединить их вместе /1,0/	2,5 балла
2	Из упора присев кувырок назад /0,5/ - кувырок назад в упор стоя ноги врозь - выпрямиться в стойку руки вверх /1,0/	1,5 балла
3	Переворот в сторону и, приставляя ногу, поворот направо (налево) /1,0/, Из упора присев кувырок вперед в стойку на лопатках /1,0/	2,0 балла
4	Перекатом вперед упор присев /1,0/, Длинный кувырок вперед /2,0/	3,0 балла
5	Прыжок вверх с поворотом на 180 градусов /1,0/.....	1,0 балл

Задания по баскетболу для 7-8 классов.

Участник стоит на лицевой линии. По сигналу он передвигается в защитной стойке (спиной вперед) от фишки к фишке (от лицевой линии к фишке №1, от фишки №1 к фишке №2 и так до фишки №5) до средней линии. От средней линии участник движется лицом вперед к штрафной линии. Выполняет 3 штрафных броска. После этого ускорение к мячу, который находится на средней линии. С ведением мяча обводит фишки №6 (правой рукой), №7 (левой рукой), №8 (правой рукой). Когда фишки обведены, игрок движется к ограниченной зоне с ведением мяча и выполняет бросок с двух шагов.



Оценка исполнения задания.

Фиксируется время преодоления дистанции и точность бросков. Остановка секундомера осуществляется в момент касания мячом площадки после последнего броска в корзину из-под щита. В случае непопадания, последнего броска в корзину из-под щита участник имеет право выполнить две дополнительные попытки. Если участник не продолжает упражнение, а уходит с площадки, не выполнив дополнительные попытки, то к его времени выполнения задания прибавляется по 10 секунд за каждый несовершенный бросок. Если участник из 3 бросков не попал ни разу в кольцо, он наказывается штрафом в 15 секунд. За каждый неточный штрафной бросок добавляется 5 секунд. Если конкурсант заступил за линию штрафного броска, мяч не засчитывается, и ему начисляется 5 штрафных секунд. За каждое нарушение правил в технике ведения мяча (пробежка, пронос мяча, двойное ведение, неправильная смена рук, касание фишек-ориентиров) участнику к его фактическому времени прибавляется за каждое нарушение по 1 секунде. За необегание фишки-ориентира и передвижение неуказанным способом добавляется по 3 штрафных секунды.

Оборудование.

Восемь фишек-ориентиров, четыре баскетбольных мяча.