

Теоретико-методические задания. Для учащихся 7-8-х классов

1. **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.
2. **Основополагающие принципы современного олимпизма изложены в...**
 - ☐ а. положении об Олимпийской солидарности.
 - ☐ б. олимпийской клятве.
 - ☐ в. олимпийской хартии.
 - ☒ г. официальных разъяснениях МОК.
3. **Строй, в котором занимающиеся размещены один возле другого на одной линии называется:**
 - ☐ а. колонной
 - ☐ б. шеренгой
 - ☒ в. дуэшеренговый строй
 - ☐ г. линейным строем
4. **Назовите компонент физической культуры, раскрывающий психофизические способности человека на предельных уровнях.**
 - ☐ а. физическая рекреация.
 - ☒ б. физическое воспитание.
 - ☐ в. спорт.
 - ☐ г. физическая реабилитация.
5. **Способность, как можно дольше удерживать достигнутую максимальную скорость, называется...**
 - ☐ а. скоростным индексом.
 - ☐ б. абсолютным запасом скорости.
 - ☐ в. коэффициентом проявления скоростных способностей.
 - ☒ г. скоростной выносливостью.
6. **Международный Олимпийский Комитет в качестве города, принимающего в 2016 г. XXXI Игры Олимпиады выбрал...**
 - ☐ а. Токио
 - ☐ б. Чикаго
 - ☐ в. Рио-де-Жанейро
 - ☒ г. Мадрид
7. **Мышцы, совместное напряжение которых обуславливает выполнения движения в одном направлении, обозначаются как...**
 - ☐ а. антагонисты
 - ☐ б. синергисты
 - ☐ в. пронаторы
 - ☒ г. супинаторы.
8. **Универсальным источником энергии во всех живых организмах является...**
 - ☒ а. аденозинтрифосфорная кислота
 - ☐ б. молочная кислота
 - ☐ в. аденозиндифосфорная кислота
 - ☐ г. аденозинмонофосфорная кислота
9. **Является ли спорт неотъемлемой частью физической культуры**
 - ☒ а. да, является
 - ☐ б. нет, не является
10. **Спортивный термин «Эйфель» - обозначает...**
 - ☒ а. прыжок в фигурном катании
 - ☐ б. комбинацию в гимнастике
 - ☐ в. фигуру в синхронном плавании

- прием защиты в шахматах
11. Наиболее важным элементом здорового образа жизни является ...
а. двигательный режим
б. рациональное питание
в. ☒ закалывание организма
г. личная и общественная гигиена
12. Документом, представляющим все аспекты организации соревнования является...
а. календарь соревнований
б. правила соревнования
в. положение о соревновании
г. ☒ программа соревнований
13. Спортивно-игровую деятельность характеризует...
а. стремление к максимальному результату
б. ☒ конфликтность ситуаций поединков
в. наличие конкретного сюжета
г. высокая значимость качества исполнения роли
14. Разница между величинами активной и пассивной гибкости называется:
а. амплитуда движения
б. подвижностью в суставах
в. индексом гибкости
г. ☒ дефицитом активной гибкости
15. Развитие организма человека называется:
а. онтогенезом
б. филогенезом
в. ☒ социогенезом
г. антропогенезом
16. Назовите главные принципы кодекса спортивной чести «Фэйр Плэй».
а. сохранять чувство собственного достоинства при любых обстоятельствах
б. ☒ не стремиться к победе любой ценой; на спортивной площадке сохранять честь и благородство
в. сочетание физического совершенства с высокой нравственностью
г. относиться с уважением и быть честным по отношению к соперникам, судьям, зрителям.

Допишите правильный ответ

17. Метод, при котором длительность интервалов отдыха между повторениями упражнений находится в зависимости от оперативного состояния спортсмена, обозначается как рестовый
18. Метод, характеризующийся выполнением всеми занимающимися одного и того же задания, независимо от форм построения, обозначается как групповый
19. Свойство опорно-двигательного аппарата, обуславливающее возможность выполнения движений с большой амплитудой, обозначается как увязок

20. Сопоставьте название видов спорта и фамилии спортсменов завоевавших более трёх олимпийских медалей

Вид спорта	Фамилии
А - Гандбол	1.Александр Лавров
Б - Лёгкая атлетика	2.Виктор Санеев
В - Фехтование	3.Станислав Поздняков
Г - Синхронное плавание	4.Анастасия Давыдова
Д - Спортивная гимнастика	5.Лариса Латынина
Е - Лыжи	6.Галина Кулакова

Бланк ответа

ФИ

Вашакина Кристина

Теоретико-методический тур 7-8 класс

№ вопроса	Варианты ответов			
	а	б	в	г
1	X		-	X
2			X	
3		-	-	
4		X		X +
5				X
6			-	X
7		-		
8	X +			
9		X +		
10	X		-	
11	-		X	X
12		.	-	
13	-	X		X +
14			X	
15	-			
16		X +		
17		повторный	+	
18		фантазийный	+	
19		рыбкость	+	
20	А-1, Б-2, В-2, Г-3, Д-6, Е-5			

1.

100.