

7 класс

Время выполнения – **45 минут**, максимальное количество баллов – **18 баллов**

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР

Инструкция по выполнению заданий

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

1. Задания в закрытой форме, то есть с предложенными вариантами ответов.

При выполнении этих заданий необходимо выбрать один из предложенных вариантов. Среди них содержатся как правильные, так и неправильные завершения, а также частично соответствующие смыслу утверждения. Правильным является только одно – то, которое наиболее полно соответствует смыслу утверждения. Выбранные варианты отмечаются, зачёркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в» или «г». 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**.

2. Задания, связанные с сопоставлением, в которых необходимо сопоставить буквы с цифрами. Выбранные варианты отмечаются добавлением цифр в соответствующее поле бланков ответов. Правильно выполненные задания этой группы оцениваются **в 2 балла**.

4. Задание, связанное с графическим изображением рядом с описанием элемента изобразить соответствующую пиктограмму. Правильно выполненные задания этой группы оцениваются **в 3 балла**.

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте незнакомые задания вместо их выполнения путем догадки. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии можно вернуться к пропущенному заданию.

Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов. Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ. Заполните шифр: разборчиво

Желаем успеха!

Контрольные вопросы по инструкции к заданию:

1. Инструкция к тесту мне...

- а. Понятна.
- б. Понятна отчасти.
- в. Понятна не полностью.
- г. Не понятна.

2. Вы хотели бы задать вопросы для уточнения задания?

- а. Да.
- б. Нет.
- в. Не знаю.
- г. Да, но стесняюсь.

**Теоретико-методические задания по физической культуре
для 7 классов**

Задания в закрытой форме

1 вариант

- 1. Двигательными умениями и навыками принято называть...**
 - А. способность выполнить упражнение без активации внимания.
 - Б. правильное выполнение двигательных действий.
 - В. уровень владения движением при активизации внимания.
 - Г. Способы управления двигательным действием.
- 2. Оздоровительное значение физических упражнений обуславливает их...**
 - А. форма.
 - Б. содержание.
 - В. техника.
 - Г. гигиена.
- 3. При каком количестве фолов игрок должен быть удалён из игры по правилам ФИБА?**
 - А. 7
 - Б. 3
 - В. 6
 - Г. 5.
- 4. Укажите размеры баскетбольной площадки.**
 - А. 24 x 12
 - Б. 25 x 18
 - В. 22 x 14
 - Г. 18 x 10
- 5. Термин гибкость означает...**
 - А. способность выполнять движения с большой амплитудой
 - Б. способность быстро овладевать новыми движениями.
 - В. способность преодолевать внешнее сопротивление.
 - Способность удерживать равновесие.
- 6. Возникновение физических упражнений исторически обусловлено преимущественно...**
 - А. уровнем развития первобытных людей.
 - Б. условиями существования человечества.
 - В. характером трудовых и боевых действий людей
 - Г. географическим расположением обитания людей
- 7. Кто из древнегреческих философов считал движение целительной частью медицины?**
 - А. Платон.
 - Б. Сократ.
 - В. Геродот.
 - Г. Плагийон.
- 8. На каких зимних олимпийских играх Владимир Григорьев завоевал олимпийскую медаль в шорт - треке?...**
 - А. XXI
 - Б. XXII
 - В. XIX
 - Г. XVII
- 9. В современный Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс « Готов к труду и обороне» включены:**
 - А. 5 ступеней.
 - Б. 7 ступеней.
 - В. 9 ступеней.
 - Г. 11 ступеней.

Задание на сопоставление

10. Сопоставьте фамилии олимпийских чемпионов с видами спорта, в которых выступали спортсмены.

Фамилии олимпийских чемпионов	Виды спорта
1. С. Журова, А. Голубев	А. Синхронное плавание
2. А. Ягудин, Е. Бережная	Б. Шорт- трек
3. О. Брусникина, М. Громова	В. Конькобежный спорт
4. Р. Захаров, С. Елистратов	Г. Фигурное катание

11. Сопоставьте размеры спортивных площадок с видами спорта

Размеры спортивных площадок	Виды спорта
1. 40 x 20	А. волейбол
2. 110 x 70	Б. лапта
3. 70 x 25	В. хоккей с мячом
4. 18 x 9	Г. ручной мяч

12. Сопоставьте названия спортивных игр и имена авторов, сформулировавших их правила

Виды спортивной игры	Автор правил
1. Гандбол	А. Джеймс Нейсмит
2. Волейбол	Б. Хольгер Нильсон
3. Баскетбол	В. Вильям Морган

13. Изобразите графически:

А. Стойка, руки на пояс.

Б. Стойка ноги врозь, руки в стороны.

В. Стойка на коленях.

Г. Стойка на лопатках