

**ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЕ 2022–2023 учебный год  
МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП 7–8 классы  
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР  
*Инструкция по выполнению заданий.***

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

Задания объединены в 6 групп.

**I. Задания в закрытой форме, т.е. с выбором правильного ответа № 1-15.**

При выполнении заданий № 1-15 необходимо выбрать единственно правильный вариант ответа из предложенных. Среди вариантов могут встретиться частично правильные, не подходящие в качестве ответа. Правильным является только один – который наиболее полно соответствует смыслу утверждения. Выбранный вариант отмечается зачёркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в» или «г».

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 1 балл.

**II. Задания в открытой форме, в которых необходимо вписать ответ № 16-19.**

При выполнении этих заданий необходимо самостоятельно завершить высказывание, подобрать недостающие слова, чтобы получилось верное утверждение. Подобранные слова вписывайте в соответствующую графу бланка ответов.

Каждое правильно выполненное задание этой группы оцениваются в 2 балла.

**III. Задания на установление соответствия № 20-21.**

Необходимо установить соответствия между позициями двух представленных списков. Цифры, обозначающие позиции одного списка, в бланке ответов добавьте к позиции другого списка, обозначенными буквами.

Каждое верное утверждение этой группы оценивается в 0,5 балла.

**IV. Задания - ребус № 22-23.**

Каждый правильный ответ этой группы оценивается в 2 балла.

**V. Задание – кроссворд № 24.**

Каждое правильно выполненное задание этой группы оценивается в 2 балла.

**VI. Задание – задача**

Полноценно выполненное задание этой группы оцениваются в 3 балла.

***Время выполнения всех заданий – 45 минут!***

Максимальное количество баллов – 50 баллов.

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Старайтесь не угадывать, а логически обосновать сделанный Вами выбор. Пропускайте задания, ответы на которые вызывают затруднение. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенному заданию. Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов. Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ. **Ответы с грамматическими ошибками засчитываются как неверные.**

***Желаем успеха!***

## Задания в закрытой форме

- 1. Какой город в 2024 году примет следующие летние Олимпийские игры?**
  - а) Пекин;
  - б) Лос-Анджелес;
  - в) Милан;
  - г) Париж.
- 2. Кто стал первым олимпийским чемпионом из России по гимнастике среди женщин?**
  - а) Мария Гороховская;
  - б) Светлана Хоркина;
  - в) Ангелина Мельникова;
  - г) Людмила Турищева.
- 3. Что из перечисленного не является физическим качеством?**
  - а) выносливость;
  - б) быстрота;
  - в) сила;
  - г) настойчивость.
- 4. В каком году в программу Олимпийский игр был включен шорт-трек?**
  - а) 1988;
  - б) 1992;
  - в) 1994;
  - г) 2002.
- 5. С помощью какого теста НЕ определяется физическое качество – выносливость?**
  - а) 6-ти минутный бег;
  - б) бег на 100 метров;
  - в) лыжная гонка на 3 километра;
  - г) плавание на 800 метров.
- 6. Родиной борьбы самбо является:**
  - а) Япония;
  - б) СССР;
  - в) Китай;
  - г) Англия.
- 7. В какую спортивную игру играют на прямоугольной площадке размером 28x15 м?**
  - а) баскетбол;
  - б) гандбол;

- в) футбол;
- г) волейбол.

**8. Здоровье человека прежде всего зависит от ...**

- а) питания;
- б) образа жизни;
- в) наследственности;
- г) экологии.

**9. Как можно увеличить нагрузку в упражнениях силового характера?**

- а) увеличить интервал отдыха между упражнениями;
- б) увеличить количество занимающихся физическими упражнениями;
- в) увеличить количество повторений в упражнениях;
- г) выполнять упражнения в состоянии утомления.

**10. Какой из видов спорта позитивно влияет на формирование осанки?**

- а) плавание;
- б) тяжёлая атлетика;
- в) теннис;
- г) велоспорт.

**11. Какой витамин повышает сопротивляемость организма к инфекционным заболеваниям?**

- а) «А»;
- б) «В»;
- в) «С»;
- г) «Д».

**12. В каком виде спорта отсутствует мяч?**

- а) бадминтон;
- б) водное поло;
- в) настольный теннис;
- г) баскетбол.

**13. Физические упражнения, выполняемые в высоком темпе, используют для развития:**

- а) выносливости;
- б) силы;
- в) гибкости;
- г) быстроты.

**14. К анаэробным упражнениям относятся:**

- а) спринт;

- б) лыжные гонки;
- в) волейбол;
- г) плавание.

**15. Как выполняется наскок на мостик в опорных прыжках в гимнастике?**

- а) с одной ноги на две;
- б) с двух ног на одну;
- в) с двух ног на две;
- г) с одной ноги на одну.

#### Задания в открытой форме

**16. Запрещённые фармакологические препараты и процедуры, используемые с целью стимуляции физической и психической работоспособности и достижения благодаря этому высокого спортивного результата называется \_\_\_\_\_.**

**17. Мягкая подстилка, предохраняющая от ушибов при падениях и смягчающая при приземлении после соскока со снаряда, называется \_\_\_\_\_.**

**18. Как называется вид спорта, который включает плавание, езду на велосипеде и бег?**

**19. Положение тела, при котором расставленные в противоположных направлениях ноги находятся на одной линии, а внутренние линии бёдер образуют угол в 180° называется \_\_\_\_\_.**

#### Задания на установление соответствия

**20. Установите соответствие между видом спорта и страной его происхождения**

Вид спорта	Страна
А. Баскетбол	1. Испания
Б. Футбол	2. США
В. Фехтование	3. Англия
Г. Биатлон	4. Норвегия

**21. Сопоставьте размеры площадок по видам спорта**

Виды спорта	Размеры площадки
А. Волейбол	1. 16 x 8
Б. Флорбол	2. 40 x 20
В. Пляжный волейбол	3. 18 x 9
Г. Бадминтон	4. 13,4 x 5,18

## Решите ребус

22. \_\_\_\_\_



23. \_\_\_\_\_



## 24. Задание – кроссворд

Решите кроссворд, записав слова в бланке ответов (гимнастика)

По горизонтали:

1. Вращательное движение тела с последовательным касанием опоры без переворачивания через голову.
4. Совокупность последовательно и слитно исполняемых элементов, при этом выполнение элемента в соединении качественно отличается от его изолированного выполнения.
6. Положение согнувшись с захватом согнутых ног.
7. Положение на снаряде, при котором плечи находятся ниже точек хвата.
8. Кратчайшее гимнастическое упражнение, характеризующееся законченностью и невозможностью расчленения.

По вертикали:

2. Совокупность элементов и соединений с четко выраженным начальным (вскок, запрыгивание) и конечным (как правило, соскок) элементами.

3. Небольшое подпрыгивание на месте или с продвижением в указанном направлении.
5. Максимально прогнутое положение тела с опорой ногами (ногой) и поднятыми вверх руками (рукой).

**Решите задачу**

25. Андрей, выполняя приседания со штангой весом 60 кг, сделал 3 серии по 10 повторений. Посчитайте суммарный объём нагрузки в данном упражнении. Ответ укажите цифрами в кг.

**24. Задание – кроссворд**



