

Всероссийская олимпиада школьников по предмету «Физическая культура».

Муниципальный этап

2023/24 учебный год

7-8 класс

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

Задания объединены в 4 группы:

**I.** Задания с выбором одного правильного ответа. При выполнении этих заданий необходимо выбрать единственно правильный вариант из предложенных. Среди вариантов могут встретиться частично правильные, не подходящие в качестве ответа. Выбранный вариант отмечается зачеркиванием соответствующего квадрата в бланке работы: «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.

**II.** Задания, в которых необходимо завершить высказывание. При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать недостающие слова, чтобы получилось верное утверждение. Подобранные слова вписывайте в соответствующую графу бланка работы.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2 балла.

**III.** Задание на перечисление. Каждая правильная позиция оценивается в 1 балл.

**IV.** Задание на установление соответствия между понятиями. Полноценно выполненные задания этой группы оцениваются в 4 балла.

Контролируйте время выполнения задания. Полноценное выполнение третьей группы заданий может потребовать больше времени.

Время выполнения всех заданий – 45 минут.

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

Желаем успеха!

**I. Задания с выбором одного/нескольких правильного ответов.**

**1. Историю зарождения Олимпийских игр Древней Греции связывают с легендой о том, ....**

а) что Зевс-громовержец одолел в смертельном бою своего отца Кроноса – пожирателя собственных детей, освободил их и в честь этого знаменательного события повелел проводить Игры

- б) что Геракл, сын Зевса организовал первые Игры
- в) Игры учредили в честь победы Пелопса, внука великого громовержца Зевса, над царем Эномаем в состязаниях конных колесниц. В благодарность богам Пелопс воздвиг в Олимпии святилище, где приносил жертвы и проводились Игры
- г) все три легенды невозможно ни подтвердить, ни опровергнуть

**2. Отличительными особенностями Олимпийских игр от других соревнований Древней Греции были (отметьте все позиции) ...**

- а) проведение раз в 4 года
- б) священное перемирие, прекращавшее все войны
- в) участие атлетов из большинства или всех греческих городов- государств
- г) участие команд греческих и других соседних государств

**3. Какие известные нам атрибуты современного Олимпийского движения взяты из истории Олимпийских игр Древней Греции (отметьте все позиции)**

- а) Олимпийский огонь
- б) эстафета Олимпийского огня
- в) Олимпийская клятва
- г) пьедестал для награждения

**4. Эти спортивные дисциплины современных Олимпиад являются прямым продолжением истории Олимпийских игр Древней Греции (отметьте все позиции)**

- а) метание диска
- б) метание копья
- в) современное пятиборье
- г) марафонский бег

**5. Комплекс утренней гигиенической гимнастики должен включать .... (отметить все позиции)**

- а) дыхательные упражнения
- б) строевые упражнения
- в) упражнения для развития силы
- г) общенагрузочные упражнения
- д) упражнения для развития гибкости

**6. Задачами изучения физической культуры в школе являются .... (отметьте все позиции)**

- а) освоение жизненно-необходимых двигательных навыков
- б) стимулирование физического развития и обеспечение должного уровня физической подготовленности
- в) формирование физической культуры личности, объединяющая ценности и знания в сфере развития и поддержания здоровья работоспособности при помощи физических упражнений
- г) выполнение норм ГТО

д) формирование знаний и навыков по самосовершенствованию и поддержанию работоспособности при помощи физических упражнений

**7. На этих олимпийских дистанциях в легкой атлетике разрешено применять низкий старт/колодки (отметить все позиции)**

- а) 100м
- б) 200 м
- в) 400м
- г) 400м с барьерами
- д) 800м

**8. Такой спортивной дисциплины некогда не было в программе Олимпийских игр современности**

- а) прыжок в длину с места
- б) прыжок в высоту с места
- в) перетягивание каната
- г) гиревой спорт
- д) каратэ

**9. Какие виды спорта впервые включены в Олимпийскую программу Игр 2028 года в Лос-Анжелесе (отметьте все позиции)**

- а) крикет
- б) сквош
- в) лакросс
- г) бейсбол и софтбол
- д) флаг-футбол

**10. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне (ГТО)» был утвержден:**

- а) в 1940 г.
- б) в 1931 г.
- в) в 2007 г.
- г) в 2014 г.

**11. Разминка перед соревнованиями, тренировкой или интенсивной трудовой деятельностью ... (отметьте все позиции)**

- а) подготавливает организм и его системы к работе
- б) зависит от характера предстоящей нагрузки
- в) зависит от погодных условий
- г) необходима прежде всего недостаточно подготовленным

**12. Какое из представленных утверждений не соответствует действительности? (отметьте все позиции)**

- а) тренировка должна заканчиваться только при достижении значительного утомления
- б) тренировка при неполном восстановлении не имеет смысла
- в) тренировка во время болезни вредна или даже опасна
- г) питье сразу после тренировки всегда запрещают в связи с риском перегрузки кровеносной системы

**13. Какой из двигательных тестов имеет комплексный характер (оценивает несколько двигательных качеств)**

- а) прыжок в высоту с места
- б) челночный бег 3x10 м
- в) прыжок в длину с места
- г) бег на 30 м

**14. Рост, вес, охватные размеры тела, жизненная ёмкость лёгких - все это показатели**

- а) физической подготовленности
- б) спортивной одаренности
- в) развития физических качеств
- г) физического развития

**15. Сколько полевых игроков в футболе могут находиться на поле во время игры?**

- а) 11
- б) 22
- в) 20
- г) не более 20

**16. Техника прыжка в длину с разбега не требует**

- а) фазы подготовки к отталкиванию
- б) маха руками вверх-вперед
- в) стопорящего шага
- г) фазы подготовки к приземлению

**17. физическое упражнение – это ....**

- а) двигательное действие, предназначенное для физического совершенствования человека.
- б) двигательное действие, дозируемое по величине нагрузки и продолжительности выполнения
- в) исторически сложившаяся и физиологически верная форма двигательных действий
- г) любые движения, выполняемые на уроке физической культуры.

**II. Задания, в которых необходимо завершить/дополнить высказывание.**

18. Первые Всероссийские Олимпийские игры состоялись в 1913 году в городе \_\_\_\_\_.

19. Для подготовки лыж к гонке классическим стилем важно правильно подобрать мазь держания и нанести ее на \_\_\_\_\_.

20. \_\_\_\_\_ — это игрок в волейбольной команде, который выполняет только защитные функции.

21. В олимпийской программе и программе чемпионатов мира по легкой атлетике самые продолжительные из соревнований – это \_\_\_\_\_ (у мужчин).

### III. Задания на перечисление

22. Впишите в бланк ответа способы прыжка в высоту в легкой атлетике

### IV. Задания на выбор соответствий

23. Установите соответствия между силовыми тестами и силовыми способностями

Тест	Способность
1. кистевая динамометрия	а. взрывная сила
2. сгибание-разгибание рук в упоре лежа	б. скоростно-силовые качества
3. прыжок в длину с места	в. максимальная произвольная сила
4. метание набивного мяча из-за головы из седа ноги врозь	г. силовая выносливость

24. Распределите термины по соответствующим видам олимпийским видам спорта.

Специализация	термин
а) брэйк-данс	1. боулдеринг
б) скейтбординг	2. флай
в) спортивное скалолазание	3. лонгборд
г) серфинг	4. флип

25. Сопоставьте основные гимнастические снаряды и элементы, на них выполняемые (по одному соответствию)

Снаряд/вид многоборья	элемент
1. перекладина	а) высокий угол
2. параллельные брусья	б) колесо
3. кольца	в) перелет
4. вольные упражнения	г) крест