

**Муниципальный этап всероссийской олимпиады школьников
по предмету «Физическая культура»
2021/ 2022 учебный год
7–8 классы**

Инструкция по выполнению теоретико-методического задания

Задания объединены в 8 групп:

I. Задания в закрытой форме №№ 1–15 с выбором одного правильного ответа из предложенных вариантов. 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. Правильным является то, которое наиболее полно соответствует смыслу утверждения.

Выбранные варианты отмечаются зачеркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в» «г» или «д».

Задания в закрытой форме с множественным выбором ответов №№ 16-18. При выполнении этих заданий необходимо выбрать два правильных варианта из предложенных. Это условие указано в задании: *«отметьте все позиции»*.

II. Задания в открытой форме №№ 19-22, в которых необходимо завершить высказывание, то есть без предложенных вариантов ответов. При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подобранный вариант определения разборчиво вписывайте в соответствующую графу бланка ответов.

III. Задания на соответствие № 23 между понятиями, то есть соответствие предложенных вариантов заданий определенным ответам. При выполнении задания необходимо установить соответствие между спортивным измерительным прибором и его назначением.

IV. Задание процессуального или алгоритмического толка № 24. Необходимо указать последовательность официальных мероприятий на открытии современных Олимпийских игр.

V. Задание в форме, предполагающей перечисление № 25. Необходимо перечислить виды спорта, в которых играют клюшкой (максимум восемь видов).

VI. Задание с иллюстрациями № 26. При выполнении задания необходимо написать названия видов спорта, представленных на картинках изображений эмблем Международных спортивных федераций. Ответы разборчиво вписывайте в соответствующую графу бланка ответов.

VII. Задание-кроссворд № 27 «Двигательные способности». По горизонтали вписывать ответы на сформулированные вопросы. По вертикали указать двигательную способность и записать её в бланк ответов.

VIII. Задание-задача № 28. Необходимо записать формулу расчета запаса гибкости и рассчитать результат запаса гибкости по предложенным показателям.

Время выполнения заданий – 45 минут.

Контролируйте время выполнения задания.

Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов.

За допущенные участником в ответах орфографические ошибки ответ считается неверным.

Все исправления и зачеркивания квалифицируются как неверный ответ.

Желаем успеха!

I. Задания в закрытой форме с выбором одного правильного ответа

1. Голосование по выбору имен талисманов XXXII Олимпийских игр в Токио Мирайтова (вечность) и Сомэйти (сакура) проходило среди
 - а) студентов всех вузов Японии
 - б) учеников начальной школы Японии
 - в) жителей всех префектур Японии
 - г) спортсменов и тренеров Японии
 - д) студентов и школьников, занимающиеся спортом

2. В создании талисмана XXXII Всемирных студенческих игр в Екатеринбурге девушки-блогера Хитти, оленя Ягги и соболенка Кедри, принимали участие
 - а) лучшие архитекторы г. Екатеринбурга
 - б) студенты всех вузов России
 - в) студенты и школьники всех образовательных учреждений Екатеринбурга
 - г) студенты художественных вузов России
 - д) любой желающий житель Екатеринбурга

3. При обучении двигательному действию обязательным и самым важным условием перехода от двигательного умения к навыку является
 - а) многократное повторение двигательного действия с исправлением двигательных ошибок
 - б) совершенствование исходных положений
 - в) регулярное повторение подводящих упражнений
 - г) повторение действия в усложненных условиях
 - д) повторение действия с отягощением

4. Самым важным анатомо-физиологическим фактором проявления выносливости является
 - а) количество и мощность аэробных и анаэробных источников энергии
 - б) эластичные свойства мышц
 - в) быстрота реакции
 - г) частота нервно-мышечной импульсации
 - д) способность мышц быстро переходить из напряженного состояния в расслабленное

5. Какое утверждение верно?
 - а) чтобы иметь хорошую физическую подготовленность достаточно уроков физической культуры в школе
 - б) сила – физическая способность человека, позволяющая ему преодолевать внешнее сопротивление за счет напряжения мышц
 - в) выносливость – физическое качество человека, позволяющее ему длительное время выполнять работу только высокой степени нагрузки
 - г) в процессе занятий физической культурой объем и масса мышц увеличиваются

6. Какая из физических способностей при чрезмерном своем развитии отрицательно влияет на гибкость?
 - а) общая выносливость
 - б) специальная выносливость
 - в) скорость одиночных движений
 - г) координационные способности

д) абсолютная сила

7. Среди перечисленных видов спорта укажи лишний вид

- а) велогонки
- б) кросс
- в) лыжные гонки
- г) синхронное плавание
- д) брасс

8. В каком виде спорта используют этот предмет?

- а) поло
- б) лакросс
- в) хоккей с мячом на траве
- г) флорбол
- д) гольф



9. Почему спортсмены пловцы одевают две шапочки?

- а) вторая шапочка прижимает очки, которые плотнее сидят и не рискуют сползти
- б) чтобы волосы точно остались сухими и не мешали
- в) две шапочки позволяют сохранить тепло, особенно на длинных дистанциях или в плавании на открытой воде
- г) две шапочки лучше защищают от хлора и реагентов в воде бассейна

10. В каком виде спорта участники соревнуются за «Серебряную метлу»?

- а) лакросс
- б) скелетон
- в) кёрлинг
- г) бобслей
- д) бенди

11. Какой вид военно-прикладного спорта был изобретён министром обороны Российской Федерации С. К. Шойгу, и с 2013 года спорт включен в армейские международные игры?

- а) военное ралли
- б) танковый биатлон
- в) военно-спортивное многоборье
- г) ножевой бой
- д) армия культуры

12. Борцам сумо любого уровня запрещено

- а) самостоятельно водить автомобиль
- б) отращивать длинные волосы

- в) носить традиционную японскую одежду на публике
- г) спать после обильного обеда
- д) спать после каждого приема пищи

13. Что в профессиональном хоккее делают с шайбой за несколько часов до игры?

- а) покрывают лаком для лучшего скольжения
- б) обтачивают до стандартных размеров
- в) замораживают
- г) взвешивают
- д) определяют химический состав

14. При появлении во время занятий боли, а также при плохом самочувствии необходимо

- а) продолжать занятие преодолевая боль
- б) продолжить занятия со страховкой
- в) прекратить занятия и сообщить об этом учителю
- г) уйти с занятия к врачу
- д) уйти в раздевалку и ждать конца урока

15. Могут ли подвергнуть прохождению процедуры допинг-контроля несовершеннолетнего спортсмена?

- а) не могут
- б) только с его собственного согласия
- в) только с разрешения его законных представителей
- г) могут
- д) только с разрешения тренера

Задания с двумя правильными ответами

16. Выбери виды спорта, которые в настоящее время не входят в программы Олимпийских игр, но, когда-считались олимпийскими. **Отметьте все позиции**

- а) лакросс
- б) бейсбол
- в) подъем по веревке
- г) регби-7
- д) пляжный волейбол

17. За успешное выполнение нормативов испытаний ВФКС ГТО вручаются. **Отметьте все позиции**

- а) медаль
- б) грамота
- в) знак отличия
- г) сертификат
- д) удостоверение

18. Укажите объективные методы самоконтроля при занятиях физическими упражнениями. **Отметьте все позиции**

- а) достижения и результативность
- б) самочувствие
- в) эмоциональный настрой
- г) частота сердечных сокращений
- д) аппетит

II. Задания в открытой форме

19. Спортивная командная игра для водителей категории «А» называется ...
20. Это слово хорошо знакомо не только музыкантам, художникам, студентам театральных вузов, но и шахматистам...
21. «Пулеметное гнездо» выбивают в игре
22. Мяч, забитый футболистом в свои ворота, называется ...

III. Задания на соответствие между понятиями

23. Установите соответствие между спортивным измерительным прибором и его назначением

23	Измерительный прибор		Назначение	
	1	Гониометр	А	Измеряет частоту сердечных сокращений
	2	Тонومتر	Б	Измеряет внутреннее давление в мяче
	3	Динамометр	В	Измеряет гибкость
	4	Пульсометр	Г	Измеряет объём вдыхаемого и выдыхаемого воздуха
	5	Спирометр	Д	Измеряет силу
	6	Монометр	Е	Измеряет артериальное давление

IV. Задание процессуального или алгоритмического толка

24. Укажите последовательность официальных мероприятий на открытии современных Олимпийских игр

1. Поднятие олимпийского флага
2. Поднятие национального флага страны, проводящей Олимпийские игры
3. Парад атлетов
4. Олимпийская клятва спортсменов, судей и тренеров
5. Зажжение олимпийского огня
6. Выступление Президента Международного олимпийского комитета
7. Появление на стадионе главы государства

А. 7, 2, 3, 4, 6, 1, 5 Б. 3, 2, 1, 7, 4, 5, 6 В. 3, 6, 7, 1, 2, 4, 5

V. Задание в форме, предполагающей перечисление

25. Перечислите виды спорта, в которых играют клюшкой (максимум восемь видов).
 Ответ словами запишите в бланк ответа.

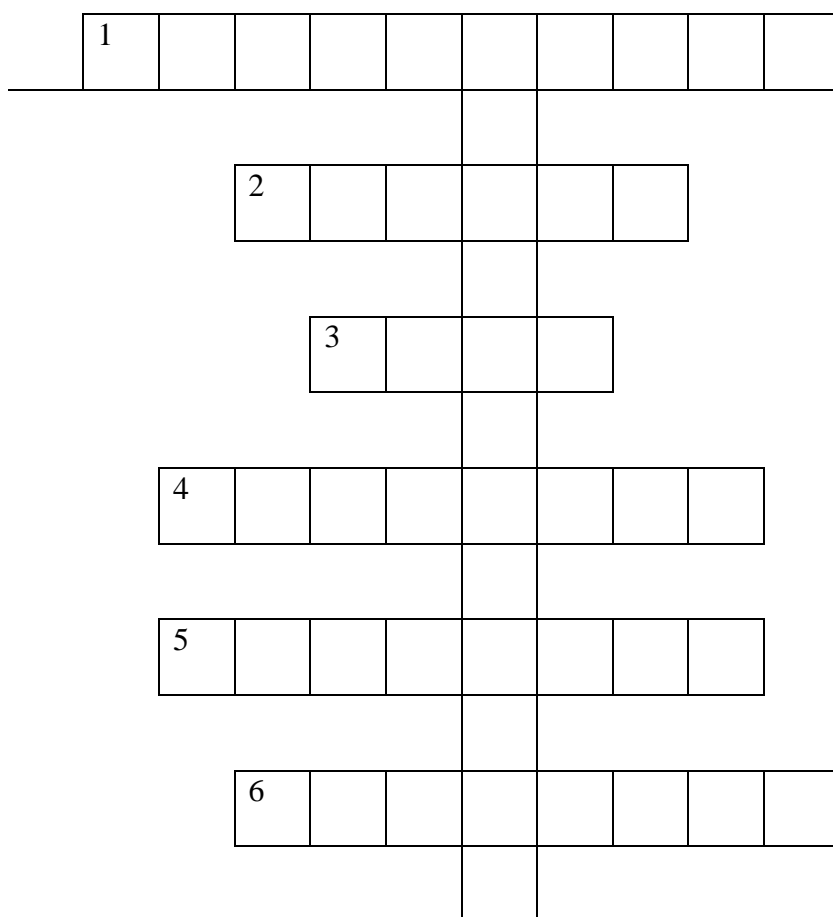
VI. Задание с иллюстрациями

26. Напиши вид спорта, соответствующий эмблеме Международной спортивной федерации

	Эмблема	Вид спорта
1		
2		
3		
4		



27. Кроссворд «Двигательные способности»



По горизонтали

1. Способность сохранять устойчивость тела и его отдельных звеньев в опорной и безопорной фазах двигательного действия.
2. Снаряд для развития максимальной силы мышц.

3. Измерение или испытание, проводимое для определения способностей или состояния человека.
4. Преимущество в условиях при состязаниях, предоставляемое более слабому сопернику с целью уравновесить шансы на успех.
5. Метод спортивной тренировки, при котором упражнения выполняются последовательно на «станциях» по типу непрерывной или интервальной работы.
6. Способность человека совершать двигательное действие в минимальный для данных условий отрезок времени с определенной частотой и импульсивностью.

По вертикали: двигательная способность

Ответ запишите словом _____

28. Задача

При наклоне вперед из положения сидя на полу показатель активной гибкости ученика равен $\Gamma_{\text{акт.}} = -3$ см, а пассивной $\Gamma_{\text{пас.}} = +2$ см.

Напиши формулу расчета запаса гибкости.

Рассчитай запас гибкости ученика ($\Gamma_{\text{зап.}}$).