

**Муниципальный этап
Всероссийской олимпиады школьников
по физической культуре
2023 / 2024 учебный год**

Комплект заданий для учеников 7-8 классов

Уважаемый участник Олимпиады!

Перед Вами задания по физической культуре. Они соотнесены с содержанием школьного курса физическая культура, а также требуют широкого кругозора, навыка поиска информации и умения мыслить.

Вам предлагается 28 заданий, максимально возможная сумма за правильные ответы – 65 баллов. Максимально возможное количество зачетных баллов за теоретико-методическое задание – 20 баллов.

Олимпиадные задания выполняются на бланках ответов.

Обратите внимание: за выполнение каждого задания Вы получите различное количество баллов, поскольку степень сложности заданий также различна.

Если Вам кажется, что задания относятся к теме, не очень хорошо Вам знакомой, не теряйте самообладание. Пропускайте незнакомые задания. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.

Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Достаточно проявить внимание и сообразительность, которые помогут успешно справиться с заданием.

Максимальная оценка – 20 баллов.

Время на выполнение заданий – 45 минут.

Желаем успеха!

I. Задания в закрытой форме 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. Правильным является только один тот, который наиболее полно соответствует смыслу утверждения. Выбранный вариант отмечается зачёркиванием соответствующего квадрата в бланке работы: «а», «б», «в» или «г».

Правильный ответ оценивается в 1 балл, неправильный – 0 баллов.

Ответ с ошибкой – 0 баллов.

1. Олимпийские игры Древней Греции проводились в честь бога

- а) Гермес
- б) Зевс
- в) Дионис
- г) Геракл

2. На олимпийской символике обозначен кольцом зеленого цвета континент

- а) Австралия
- б) Европа
- в) Америка
- г) Африка

3. На закрытии Олимпийских игр олимпийский флаг на хранение принимает

- а) Глава государства будущих игр
- б) Мэр города, который становится хозяином будущих игр
- в) Президент Международного олимпийского комитета
- г) Президент национального олимпийского комитета будущих игр

4. Назовите русского писателя, который несмотря на преклонный возраст, увлекался верховой ездой, коньками, гимнастикой, велосипедным спортом

- а) Александр Куприн
- б) Лев Толстой
- в) Александр Солженицын
- г) Николай Карамзин

5. Наиболее благоприятное время для закаливания солнцем

- а) с 15 до 20 часов
- б) с 9 до 12 часов
- в) с 12 до 16 часов
- г) любое время суток

6. Для профилактики образования гематомы после легкого ушиба

- а) на место ушиба кладут холод
- б) на место ушиба кладут горячий компресс
- в) накладывают тугую повязку
- г) место ушиба смазывают бриллиантовой зеленой настойкой (зеленкой)

7. Процесс приспособления организма к изменяющимся условиям среды, называется

- а) реабилитация
- б) адаптация
- в) акклиматизация
- г) привыкание

8. Какое утверждение верно?

- а) чтобы достигать высоких результатов в спорте 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

9. Какая из физических способностей при чрезмерном своем развитии отрицательно влияет на гибкость?

- а) общая выносливость
- б) специальная выносливость
- в) координационные способности
- г) абсолютная сила

10. Гимнастика до учебных занятий используется для

- а) развития физических способностей
- б) подготовки к предстоящим соревнованиям
- в) совершенствования техники двигательных действий
- г) мобилизации на продуктивную работу на уроках

11. Укажите, какие упражнения характерны для заключительной части урока физической культуры

- а) упражнения на выносливость и дыхательные
- б) силовые упражнения и дыхательные
- в) скоростные упражнения и на внимание
- г) упражнения на растягивание и дыхательные

12. Спортивным званием является

- а) мастер спорта
- б) юниор
- в) олимпиец
- г) чемпион

13. Мысленное воспроизведение движений и двигательных действий, называется

- а) аутогенная тренировка
- б) круговая тренировка
- в) силовая тренировка
- г) идеомоторная тренировка

1. Задания в закрытой форме с множественным выбором ответов

При выполнении этих заданий необходимо выбрать два правильных варианта из предложенных.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 1 балл. Если в ответе содержатся неверные ответы, то каждый правильный ответ оценивается в 0,25 балла. Минимальная оценка в задании составляет 0 баллов.

Ответ с ошибкой – 0 баллов.

14. Кто в Древней Греции не имел права участвовать в Олимпийских играх?

- а) юноши, не достигшие 20-летнего возраста
- б) рабы
- в) женщины
- г) граждане греческого происхождения

15. В каких видах спорта, кроме конного, встречается термин «конь»?

- а) шахматы
- б) городки
- в) спортивная гимнастика
- г) кёрлинг

16. В легкой атлетике, согласно правилам, прыгать в длину с разбега можно способами

- а) согнув ноги
- б) фосбери-флоб
- в) ножницы
- г) сальто

17. Укажите объективные методы самоконтроля при занятиях физическими упражнениями

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

18. Успешно сдавшие нормативы ГТО награждаются

- а) знаком отличия ГТО
- б) дипломом отличия
- в) грамотой
- г) удостоверением

II. Задания в открытой форме

Задания, 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. Подобранные определения разборчиво вписывайте в соответствующую графу ответов.

Каждый правильный ответ оценивается в 2 балла, а каждый неправильный – в 0 баллов.

Ответ с ошибкой – 0 баллов.

19. Правую и левую оконечности строя называют _____.
20. Документ, в котором четко отражены результаты спортивной игры, называется _____.
21. Способность человека выполнять упражнения с большой амплитудой, называется _____.
22. Мяч, забитый футболистом в свои ворота, называется _____.

III. Задание на установление соответствия между понятиями

При выполнении этих заданий необходимо установить соответствие между словами, соединив их в пары, составляющие устойчивые выражения.

Каждая верно указанная позиция оценивается в 1 балл, неправильная – в 0 баллов.
 Ответ с ошибкой – 0 баллов.

23. Установите соответствие между спортивным измерительным прибором и его назначением

Измерительный прибор		Назначение	
1	Гониометр	А	Измеряет частоту сердечных сокращений
2	Тонометр	Б	Измеряет внутреннее давление в мяче
3	Динамометр	В	Измеряет гибкость
4	Пульсометр	Г	Измеряет артериальное давление
5	Монометр	Д	Измеряет силу

IV. Задание процессуального или алгоритмического толка

Вы должны выбрать букву, которая соответствует правильной последовательности цифр. Необходимо указать последовательность двигательного действия, части урока и т.д.

Правильное решение задания оценивается в 2 балла. Если в ответе содержится хотя бы одна неверная позиция, ответ считается неверным и оценивается в 0 баллов.

Ответ с ошибкой – 0 баллов.

24. Укажите последовательность обучения технике подач в волейболе

1. Нижняя боковая
2. Верхняя боковая
3. Нижняя прямая
4. Чередование подач
5. Верхняя прямая

А) 1, 3, 4, 5, 2

Б) 3, 1, 5, 2, 4

В) 2, 1, 3, 5, 4

V. Задание, предполагающие перечисление известных фактов

Необходимо указать перечисление, явлений, фактов, символов (слева направо)
 Каждая верно указанная позиция оценивается в 1 балл, неправильная – 0 баллов.
 Ответ с ошибкой – 0 баллов.

25. Из предложенного списка выберите виды спорта, в которых играют клюшкой.

Ответ словами запишите в графу ответов.

Могул
Хоккей на траве
Биатлон
Флорбол
Индорхоккей
Гольф
Поло
Лакросс
Кёрлинг
Водное поло

VI. Задание с иллюстрациями или графическими изображениями двигательных действий

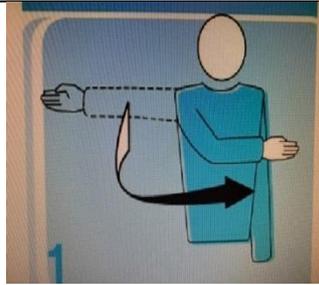
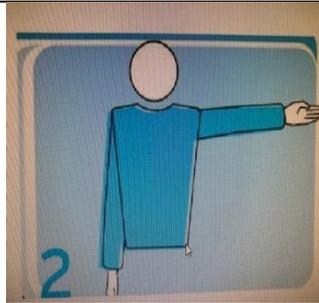
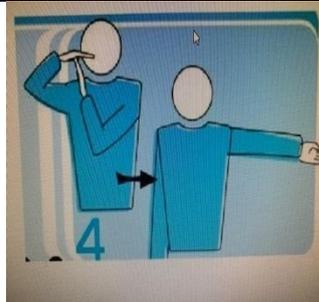
Необходимо напротив соответствующей буквы указать значение жеста волейбольного судьи изображенного на иллюстрации или графическом изображении.

Правильный ответ оценивается в 2 балла, неправильный – 0 баллов.

Ответ с ошибкой – 0 баллов.

26. Напиши значение жеста волейбольного судьи в соответствии с иллюстрацией.

Ответ словами запиши в графу ответа напротив соответствующей буквы.

	Жест
А	
Б	
В	
Г	
Д	

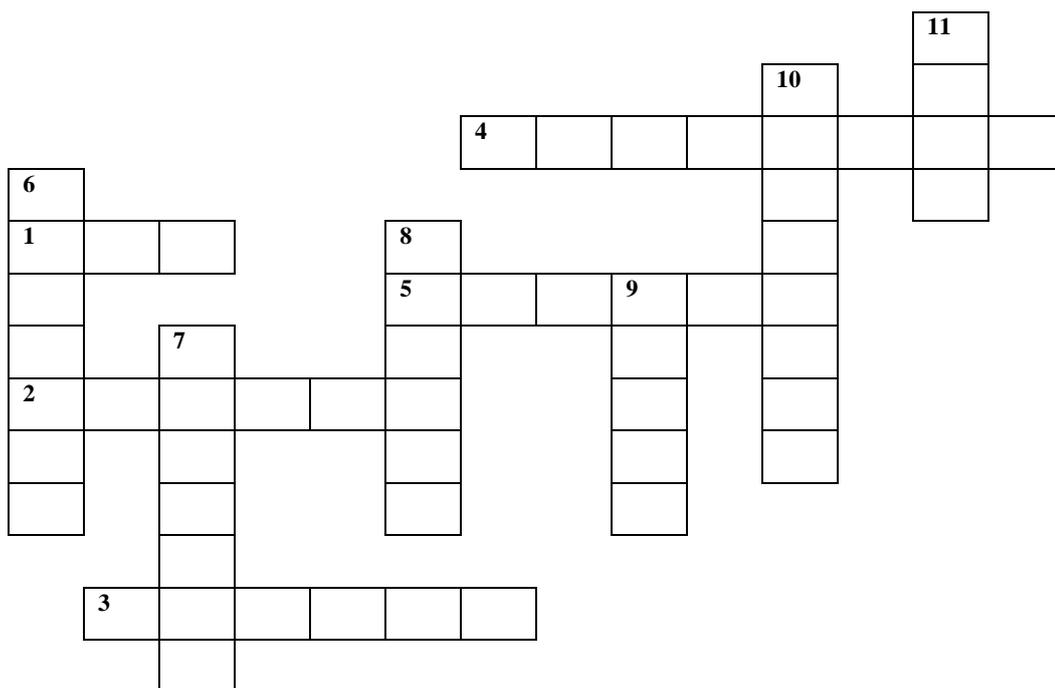
VII. Задание-кроссворд

Решите кроссворд, записав слова в графы ответов.

Каждая верно указанная позиция оценивается в 1 балл, неправильная – 0 баллов.

Ответ с ошибкой – 0 баллов.

27. Решите кроссворд, записав слова в бланке ответов. Ключевое слово запиши отдельно в бланке ответов. Кроссворд «Футбол».



По горизонтали:

1. Попадание мячом в ворота соперника.
2. Цель для поражения в футболе. Конструкция из перекладины, двух стоек и сетки.
3. Специалист в определённом виде спорта, руководящий тренировкой спортсменов.
4. Одно из самых серьезных наказаний в футболе. Запрет на дальнейшее пребывание в игре.
5. Командный вид спорта, в котором целью является забить мяч в ворота соперника ногами или другими частями тела (кроме рук).

По вертикали:

6. Этот удар в футболе назначается, когда мяч, коснувшись игрока обороняющей команды, полностью пересек линию ворот.
7. Игрок, защищающий ворота.
8. Положение вне игры.
9. Обувь футболиста.
10. Специально назначаемый в футболе в качестве штрафа или наказания удар по воротам, защищаемым только вратарём, с расстояния 11 метров.
11. Фамилия единственного среди вратарей лауреата «Золотого мяча».

VIII. Задание-задача

Читаем условия задачи, решаем на черновике, записываем решение в графу ответов. Контролируйте время выполнения задания.

Максимальное количество баллов за ответ – 5. Неправильный ответ – 0 баллов.

Ответ с ошибкой – 0 баллов.

28. Рассчитайте свой индекс массы тела (ИМТ), используя индекс Кетле. Результаты округлите до целых единиц. Формулу с указанием единиц измерения, все расчеты и ответ запишите в бланк ответа.