

ФПК 8-20

**ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ. 2024-2025 уч. г.
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП . 7-8 КЛАССЫ**

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР
Инструкция по выполнению заданий**

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к уровню знаний учащихся общеобразовательных школ по предмету «Физическая культура».
Задания объединены в 3 группы:

I. Задания с выбором одного правильного ответа №№ 1-14.

При выполнении этих заданий необходимо выбрать единственный правильный вариант из предложенных. Среди вариантов могут встретиться частично правильные, не подходящие в качестве ответа.

Выбранный вариант отмечается зачёркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в» или «г». Например:

«а»	«б»	«в»	«г»
X			

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 1 балл.

Задания, в которых необходимо вписать ответ №№ 15-18.

При выполнении этих заданий необходимо установить соответствие между понятиями, вписав в бланк ответов соответствующие буквы.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2 балла.

II. Задания на установление соответствия между понятиями № 19-21.

При выполнении данного задания необходимо из представленного перечня слов составить определение, вписав номера слов в бланк ответов.

Каждое верное утверждение в этой группе оценивается в 1 балл.

Время выполнения всех заданий - 45 минут.

Записи должны быть разборчивыми.

Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ!

Желаем успеха!

I. Задания с выбором одного правильного ответа

Отметьте соответствующий ответ в бланке ответов.

1. Древнегреческие Олимпийские игры праздновались:

- а) у горы Олимп;
- б) в Афинах;
- в) в Спарте;
- г) в Олимпии.

2. Как по преданию появилась дистанция в 1 стадий при участии Геракла в Древних олимпийских играх?

- а) расстояние было отмерено 600 стопами;
- б) расстояние было отмерено 100 шагами;
- в) расстояние, пройденное за время восхода солнца;
- г) расстояние до линии горизонта.

3. Кто был первым председателем Российского олимпийского комитета?

- а) Н.А. Панин-Коломенкин;
- б) А.Д. Бутовский;
- в) В.И. Срезневский;
- г) В.Г. Смирнов.

4. Какие из упражнений утренней гигиенической гимнастики используются для усиления работы лёгких и сердца?

- а) потягивания;

- 1
- б) ходьба на месте;
 - в) рывки руками;
 - г) наклоны туловища.

5. Какие из приведённых физических упражнений содействуют формированию осанки?

- 1
- а) упражнения, стоя у стены;
 - б) упражнения с предметом на голове;
 - в) упражнения для укрепления мышечного корсета;
 - г) все перечисленные упражнения.

6. Как называется способность человека согласовывать движения различных частей тела?

- 1
- а) координация движений;
 - б) подвижность;
 - в) пластичность;
 - г) двигательная деятельность.

7. При развитии гибкости следует стремиться к ...

- 1
- а) гармоничному увеличению подвижности в основных суставах;
 - б) достижению максимальной амплитуды движений в основных суставах;
 - в) оптимальной амплитуде движений в плечевом, тазобедренном, коленном суставе;
 - г) всё перечисленное.

8. Какая из перечисленных закалывающих процедур НЕ относится к водным?

- 1
- а) моржевание;
 - б) обтирание;
 - в) обливание;
 - г) хождение босиком по снегу.

9. В каком виде спорта существует дисциплина, проводимая в закрытых помещениях и на открытом воздухе?

- 1
- а) тяжёлая атлетика;
 - б) самбо;
 - в) спортивная гимнастика;
 - г) легкая атлетика.

10. К циклическим видам спорта относятся?

- 1
- а) борьба, бокс, фехтование;
 - б) баскетбол, волейбол, футбол;
 - в) ходьба, бег, лыжные гонки, плавание;
 - г) метание мяча, диска, молота.

11. Что определяет техника безопасности ?

- 1
- а) навыки знаний физических упражнений без травм;
 - б) комплекс мер, направленных на обучение правилам поведения, правилам страховки и само страховки, оказание доврачебной помощи;
 - в) правильное выполнение упражнения;
 - г) организация и проведение учебных и внеурочных занятий в соответствии с гигиеническими требованиями.

12. Какое физическое качество или способность оценивается при выполнении теста «шестиминутный бег»?

- а) скоростно-силовые способности
- б) скоростные способности

- 1
 в) выносливость
 г) способность различать интервалы времени

13. Какое из контрольных упражнений определяет уровень развития силы?

- а) сгибание разгибание рук в упоре лёжа;
 б) 6-минутный бег;
 0 в) поднимание туловища из положения лёжа;
 г) ходьба по бревну.

14. В каком виде спорта заброшенный мяч может принести 1, 2 или 3 очка?

- а) гандбол;
 б) футбол;
 1 в) баскетбол;
 г) волейбол.

II. Задания, в которых необходимо вписать ответ

Завершите утверждение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.

Смешанное передвижение

15. Назовите беговую дисциплину комплекса ГТО, в которой необходимо преодолеть короткую дистанцию с резкой сменой направления движения.

2 16. Какое испытание комплекса ГТО выполняется из исходного положения вис на перекладине? Подтягивание на высокой перекладине

2 17. Назовите игровой вид спорта, инициатором зарождения которого в 1895 г. являлся американский тренер Уильям Морган. Волейбол

2 18. Состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов. Здоровье

III. Задания на установление соответствия между понятиями

Ответ буквами запишите в бланк ответов.

19. Установите соответствие между видами спорта и размерами площадки в соответствии с правилами

4

1) 40 м x 20 м	В	А) баскетбол
2) 120 м x 90 м	Б	Б) футбол
3) 18 м x 9 м	Г	В) гандбол
4) 28 м x 15 м	А	Г) волейбол

20. Установите соответствие между сооружениями и видами спорта

6
 1
 2
 3
 4
 5
 6

1) легкая атлетика	Г	а) ринг
2) теннис	Е	б) трасса
3) фигурное катание	Д	в) тир
4) бокс	А	г) стадион
5) лыжные гонки	Б	д) каток
6) стрельба	В	е) корт

21. Установите соответствие между физическими упражнениями и физическими качествами.

3
 1
 2
 3
 4
 5

1) в висе на перекладине поднимание ног	Б	А) гибкость
2) бег на лыжах 2000 м	Г	Б) сила
3) старты по сигналу	П	В) ловкость
4) наклоны в стороны	А	Г) выносливость
5) жонглирование тремя мячами	В	Д) быстрота