

**ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ  
ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»  
МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП  
Теоретико-методические задания ‘  
7-8 классы**

**Инструкция по выполнению заданий**

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к знаниям по предмету «Физическая культура» на углубленном уровне.

**1. Задания в закрытой форме**, то есть с предложенными вариантами ответов, из которых один только правильный, либо наиболее полно соответствует смыслу утверждения. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильный вариант из предложенных вариантов. Выбранный вариант отмечается, зачеркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в» или «г».

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте незнакомые задания, вместо их выполнения путем догадки. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.

*Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 1 балл.*

**ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО БАЛЛОВ В ЭТОЙ ГРУППЕ СОСТАВЛЯЕТ 16 БАЛЛОВ.**

**2. Задания в открытой форме**, то есть без предложенных вариантов ответа. При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подобранные определения вписывайте в соответствующую графу бланка ответов.

*Каждое правильно выполненное задание этой группы оценивается в 2 балла.*

**ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО БАЛЛОВ В ЭТОЙ ГРУППЕ СОСТАВЛЯЕТ 10 БАЛЛОВ.**

**3. Задание задача.** Необходимо прописать решение задачи и полный ответ. Записи выполняются на бланке ответов. Записи должны быть разборчивыми.

***ПОЛНОЦЕННО ВЫПОЛНЕННОЕ ЗАДАНИЕ ЭТОЙ ГРУППЫ ОЦЕНИВАЕТСЯ В 5 БАЛЛОВ.***

**4. Задание в форме, предполагающей сопоставление, установление соответствия** между позициями двух представленных списков. Цифры, обозначающие позиции одного списка, в бланке ответов добавь к позициям другого списка, обозначенным буквами.

*Правильно указанные позиции задания этой группы оцениваются в 0,5 балла. ПОЛНОЦЕННО ВЫПОЛНЕННОЕ ЗАДАНИЕ ЭТОЙ ГРУППЫ ОЦЕНИВАЕТСЯ В 4 БАЛЛОВ.*

**5. Задание на установление последовательности.**

*За каждую правильно указанную позицию участник получает 0,5 балла.*

***ПОЛНОЦЕННО ВЫПОЛНЕННОЕ ЗАДАНИЕ ОЦЕНИВАЕТСЯ В 3 БАЛЛА.***

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

Контролируйте время выполнения заданий.

**Время на выполнение заданий – 45 минут.**

**Максимальное количество баллов – 38 баллов.**

**Контрольные вопросы по инструкции к заданию:**

**1. Инструкция к тесту вам понятна?**

- А) да понятна
- Б) понятна отчасти
- В) понятна не полностью
- Г) не понятна.

**2. Вы хотели бы задать вопросы для уточнения задания?'**

- А) да
- Б) нет

***ЖЕЛАЕМ УСПЕХА!***

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ЭТАПА ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ  
ШКОЛЬНИКОВ 2023-2024 уч.г. ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ  
КУЛЬТУРА» 7-8 КЛАССЫ**

**Задания в закрытой форме**

**1. В каком году состоялись первые юношеские Олимпийские игры?**

- а) 2000 году;
- б) 2008 году;
- в) 2010 году;
- г) 1998 году.

**2. Что означали состязания в «долиходrome» на Играх в Древней Греции?**

- а) пятиборье;
- б) бег на одну стадию;
- в) бег на выдержку (выносливость);
- г) кулачный бой с борьбой.

**3. Кто был партнёром Ирины Родниной в парном катании на коньках на XI Олимпийских зимних играх? ‘**

- а) Алексей Уланов;
- б) Артур Дмитриев;
- в) Олег Протопопов;
- г) Александр Зайцев.

**4. Какого технического приёма не существует в баскетболе?**

- а) выбивание мяча;
- б) передача мяча;
- в) бросок мяча;
- г) подача мяча.

**5. Какое количество стран могут принимать участие в Олимпийских играх?’**

- а) не более 100;
- б) не менее 50;
- в) не менее одной страны из каждого континента;
- г) количество стран не лимитировано.

**6. Какое из испытаний (тестов) комплекса ГТО используется для оценки силы?**

- а) бег на 30 метров;
- б) бег на 2000 метров;
- в) метание мяча в цель;
- г) подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине.

**7. В соответствии с Олимпийской хартией страну на олимпийских играх представляет?’**

- а) Министерство спорта;
- б) Национальный олимпийский комитет;
- в) Национальные спортивные федерации;
- г) Правительство страны.

**8. Из скольки максимально возможных партий состоит игра в волейбол?’**

- а) 3 партии;
- б) 4 партии;
- в) 5 партий;
- г) 6 партий.

**9. Как называется прибор для определения жизненной ёмкости лёгких (ЖЕЛ)?’**

- а) динамометр;
- б) тонометр;
- в) спирометр;

г) гениометр.

**10. Игроков с каким амплуа нет в хоккее?'**

- а) защитник;
- б) полузащитник;
- в) нападающий;
- г) вратарь.

**11. Как называется бег по пересечённой местности? '**

- а) кросс;
- б) стипль-чез;
- в) спринт;
- г) фристайл.

**12. Универсальными источником энергии во всех живых организмах являются:**

- а) аденозинмонофосфорная кислота;
- б) аденозиндифосфорная кислота;
- в) аденозинтрифосфорная кислота;
- г) молочная кислота.

**13. Что означает жест судьи в волейболе «скрещенные предплечья перед грудью с открытыми ладонями»? '**

- а) ошибка при блокировании;
- б) конец партии;
- в) замена;
- г) мяч «в площадке».

**14. Число движений в единицу времени характеризует**

- а) темп движений;
- б) ритм движений;
- в) скоростную выносливость;
- г) сложную двигательную реакцию.

**15. Относительная сила – это сила, ...**

- а) проявляемая человеком в пересчете на 1 кг собственного веса;
- б) проявляемая одним человеком в сравнении с другим;
- в) приходящаяся на 1 см<sup>2</sup> физиологического поперечника мышцы;
- г) проявляемая при выполнении одного физического упражнения сравнительно с другим упражнением.

**16. Эффект физических упражнений определяется прежде всего ...**

- а) их формой;
- б) длительностью их выполнения;
- в) темпом движения;
- г) их содержанием.

### Задания в открытой форме'

**17. Кто кроме спортсменов произносят клятву на Олимпийских играх?**

**18. В каком году впервые была произнесена олимпийская клятва?**

**19. Назовите вид спорта, представляющий собой единоборство на холодном спортивном оружии с определёнными правилами нанесения ударов и уколов.**

**20. Какой из современных видов спорта предполагает использование компьютерных игр?**

**21. Как называется функциональная проба с задержкой дыхания на выдохе?**

### Задание – задача'

**22. Илья приседает с штангой весом 60 кг, это составляет 80% от максимального веса. Какова абсолютная сила Ильи? (запишите решение задачи).**

### Задание на установление соответствия

**23. Установите соответствие между классификацией физических упражнений и их признаками.'**

	Признак		Классификация
1	По признаку спортивной специализации	А	Упражнения для мышц ног, рук, туловища
2	По анатомическому признаку	Б	Силовые упражнения, скоростно-силовые упражнения, скоростные упражнения
3	По биомеханическому признаку	В	Общеподготовительные упражнения, специально-подготовительные, соревновательные упражнения
4	По преимущественному проявлению отдельных физических качеств	Г	Циклические, ациклические, смешанные упражнения

**24. Установите соответствие между президентом МОК и событием олимпийской истории, пришедшимся на годы его президентства.**

	Событие		Президент
1	Выбор Москвы в качестве столицы Игр XXII Олимпиады	А	Деметриус Викелас
2	Введение в программу Олимпийских игр конкурсов искусств	Б	Пьер де Кубертен
3	Проведение Игр I Олимпиады современности	В	Майкл Моррис Килланин
4	Принятие решения о проведении Олимпийских зимних игр через два года после Игр Олимпиад	Г	Хуан Антонио Самаранч

### Задание на установление последовательности'

**25. Установите правильную последовательность обучения техники броска баскетбольного мяча двумя руками от груди:**

- А) Броски мяча со средней дистанции (3м – 3,60м);
- Б) Согласованность движений рук и ног;
- В) Броски мяча в сочетании с другими техническими приёмами;
- Г) Исходное положение;
- Д) Бросок мяча с близкой дистанции (1,5м – 2м);
- Е) Выпуск мяча с различной траекторией полёта.

**Вы закончили выполнение заданий.  
Поздравляем!**

**ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ  
ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»  
МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП  
Теоретико-методические задания ‘  
9-11 классы**

**Инструкция по выполнению заданий**

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к минимуму знаний по предмету «Физическая культура».

**1. Задания в закрытой форме**, то есть с предложенными вариантами ответов, из которых один только правильный, либо наиболее полно соответствует смыслу утверждения. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильный вариант из предложенных вариантов. Выбранный вариант отмечается, зачеркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в» или «г».

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте незнакомые задания, вместо их выполнения путем догадки. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.

**Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 1 балл. Если все от вет ы правильные, то участнику начисляется 1 балл.**

**ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО БАЛЛОВ В ЭТОЙ ГРУППЕ СОСТАВЛЯЕТ 20 БАЛЛОВ.**

**2. Задания в открытой форме**, то есть без предложенных вариантов ответа. При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подобранные определения вписывайте в соответствующую графу бланка ответов.

**Каждое правильно выполненное задание этой группы оценивается в 2 балла.**

**ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО БАЛЛОВ В ЭТОЙ ГРУППЕ СОСТАВЛЯЕТ 10 БАЛЛОВ.**

**3. Задания в форме, предполагающей последовательность** известных Вам показателей, характеристик, факторов, средств, методов, правил, приемов и тому подобного. Записи выполняются на бланке ответов. Записи должны быть разборчивыми.

**Правильно указанные от вет ы 26-го задания оцениваются в 0,5 балла. Полноценно выполненные задания этой группы оцениваются в 3,5 балла.**

**Правильно указанные от вет ы 27-го задания оцениваются в 0,5 балла. Полноценно выполненные задания этой группы оцениваются в 2 балла.**

**Правильно указанные от вет ы 28-го задания оцениваются в 0,5 балла. Полноценно выполненные задания этой группы оцениваются в 2,5 балла.**

**ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО БАЛЛОВ В ЭТОЙ ГРУППЕ СОСТАВЛЯЕТ 8 БАЛЛОВ.**

**4. Задания в форме, предполагающей сопоставление, установление соответствия** между позициями двух представленных списков. Цифры, обозначающие позиции одного списка, в бланке ответов добавьте к позициям другого списка, обозначенным буквами.

**Правильно указанные позиции заданий этой группы оцениваются в 0,5 балла. ПОЛНОЦЕННО ВЫПОЛНЕННЫЕ ЗАДАНИЯ ЭТОЙ ГРУППЫ ОЦЕНИВАЮТСЯ В 8,5 БАЛЛОВ.**

**5. Задание – задача**  
**ПРАВИЛЬНЫЙ И ПОЛНЫЙ ОТВЕТ ОЦЕНИВАЕТСЯ В 3 БАЛЛА.**

**6. Задание – описание гимнастических упражнений.** Правильно указанные позиции заданий этой группы оцениваются в 0,5 балла.  
**ПРАВИЛЬНЫЙ И ПОЛНЫЙ ОТВЕТ ОЦЕНИВАЕТСЯ В 3 БАЛЛОВ.**

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

Контролируйте время выполнения заданий.

Время на выполнение заданий – 45 минут.

Максимальное количество баллов – 52,5.

**ЖЕЛАЕМ УСПЕХА!**

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ЭТАПА ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ  
ШКОЛЬНИКОВ 2023-2024 уч.г. ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ  
КУЛЬТУРА» 9-11 КЛАССЫ'**

**Задания в закрытой форме**

**1. Сколько стран принимало участие в XX III Олимпийских зимних играх 2018 года в Пхенчхане?'**

- а) 100;
- б) 90;
- в) 92;
- г) 102.

**2. В каком городе впервые проводились зимние юношеские Олимпийские игры?'**

- а) Ванкувер;
- б) Инсбурк;
- в) Шамони;
- г) Хельсинки.

**3. Какой римский император был объявлен победителем всех состязаний на Олимпийских играх, в которых он участвовал?'**

- а) Нерон;
- б) Октавиан Август;
- в) Марк Аврелий;
- г) Максимиан.

**4. В каком виде спорта при нарушении правил игровое время останавливается?'**

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

**5. Какой из методов физического воспитания предусматривает непрерывное выполнение физического упражнения?'**

- а) повторный;
- б) равномерный;
- в) интервальный;
- г) круговой.

**6. С какого возраста предусмотрена сдача норм ВФСК «ГТО»?'**

- а) не ограничено;
- б) с 5 лет;
- в) с 6 лет;
- г) с 7 лет.

**7. Как называется нехватка времени для совершения всех задуманных ходов в шахматах?'**

- а) рокировка;
- б) гамбит;
- в) цейтнот;
- г) шах.

**8. Для набора мышечной массы необходимо в рационе питания увеличить количество?'**

- а) углеводов;
- б) жиров;
- в) витаминов;
- г) белков.

**9. Как называется способ применения, использования физического упражнения?'**

- а) метод;

- б) техника;
- в) умение;
- г) принцип.

- б) упражнения с отягощением;
- в) упражнения на расслабление и растяжку;
- г) утренняя гигиеническая гимнастика.

10. К какому физическому качеству относится реакция на движущийся объект? ‘

- а) сила;
- б) ловкость;
- в) быстрота;
- г) выносливость.

15. В каком году был принят Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»? ‘

- а) 2005;
- б) 2007;
- в) 2009;
- г) 2011.

11. К каким упражнениям относится бег с высоким подниманием бедра? ‘

- а) к специальным беговым упражнениям;
- б) к общеподготовительным упражнениям;
- в) к силовым упражнениям;
- г) к упражнениям с проявлением выносливости.

16. Как называется тип интервала отдыха, который обеспечивает к началу новой части нагрузки полное или относительно полное восстановление организма? ‘

- а) напряжённый;
- б) ординарный;
- в) жёсткий;
- г) минимаксный.

12. Синхронное исполнение произвольной программы двумя спортсменками в синхронном плавании. ‘

- а) дуплет;
- б) дублет;
- в) дуэт;
- г) пара.

17. К какой группе методов физического воспитания относится круговой метод: ‘

- а) методы строго-регламентированного упражнения;
- б) методы частично-регламентированного упражнения;
- в) методы организации занятий;
- г) общепедагогические методы.

13. Как звучит девиз Паралимпийских игр? ‘

- а) «Ум, тело, дух»;
- б) «Движение – жизнь!»;
- в) «Дух в движении»;
- г) «Несгибаемый дух».

18. Психическое состояние спортсмена, возникающее непосредственно перед выступлением в соревнованиях, которое имеет разное проявление. ‘

- а) спортивная форма;

14. Под влиянием каких физических упражнений происходит наибольшее влияние на дыхательную систему человека? ‘

- а) равномерный бег, плавание;

- б) уровень психической подготовленности;
- в) предстартовое состояние;
- г) состояние тренированности.

**19. Каких правил необходимо придерживаться при выполнении массажных приёмов?**

- а) все движения рук должны проводиться параллельно направлению венозных и лимфатических сосудов;
- б) все движения рук должны проводиться параллельно направлению артериальных сосудов;
- в) направление движение рук зависит от массируемого сегмента;
- г) всё вышеперечисленное.

**20. Кто из российских спортсменов был награжден знаком «Фэйр Плей»?**

- а) Александр Попов;
- б) Сергей Белов;
- в) Александр Карелин;
- г) Алексей Немов.

**Задания в открытой форме**

- 21. В соответствии с Олимпийской хартией, общее количество членов МОК не должно превышать... человек.
- 22. Назовите руководящий орган Олимпийского комитета России.
- 23. В каком виде спорта Томас Бах стал олимпийским чемпионом?
- 24. Две параллельные деревянные или пластиковые жерди овальной формы.
- 25. Расстояние по фронту между занимающимися называется.

**Задания на последовательность**

**26. Установите правильную последовательность упражнений в разминке.'**

- а) ходьба;
- б) специальные беговые упражнения;
- в) упражнения для мышц ног;
- г) упражнения для мышц туловища;
- д) упражнения для мышц рук;
- е) упражнения для мышц шеи;
- ж) бег трусцой.

**27. Перечислите группы дисциплин в лёгкой атлетике:**

**28. Перечислите классические лыжные ходы:'**

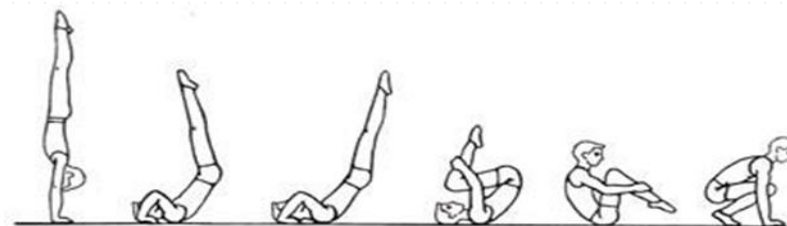
**Задание на установление соответствия**

**29. Установите соответствие между физическими упражнениями и их характеристиками.**

1) Подтягивание на перекладине	А	циклическое, естественноприкладное, субмаксимальной мощности
2) Толчок гири	Б	динамическое, смешанное, скоростно-силовое
3) Бег с высоким подниманием бедра	В	сложно-координационное, динамическое, ациклическое
4) Прыжок в высоту с разбега	Г	силовое, динамическое, общеподготовительное
5) Опорный прыжок	Д	специально-подготовительное, циклическое, динамическое
6) Бег на 400 м	Е	скоростно-силовое, динамическое, на верхние конечности



7) Кувырок вперед	Ж	сложно-координационное, динамическое, смешанное
-------------------	---	---



30. Соотнесите вид спорта и соответствующий ему инвентарь (оборудование).'

1) Спортивная гимнастика	А	булавы
2) Художественная гимнастика	Б	брусья
	В	бревно
	Г	конь
	Д	лента
	Е	кольца
	Ж	обруч
	З	мяч
	И	перекладина
	К	скакалка

1	в сед
2	в упор лёжа
3	в упор присев
4	вперёд
5	из
6	кувырок
7	на руках
8	назад
9	перекат
10	присед
11	прогнувшись
12	согнувшись
13	стойки

**Задание-задача'**

31. Определите результат участника в лыжных гонках с отдельным стартом, выступавшего под номером 26, если старт был одиночным (через 30 сек.), а его время финиша 49.00 мин.

**Задание – описание гимнастического упражнения.**

32. Используя предложенный перечень слов, выберите нужные и расположите в верной последовательности при описании гимнастического упражнения. Будьте внимательны, даны лишние слова.

**Вы закончили выполнение заданий.  
Поздравляем!**