

**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. Страйтесь 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. Подобранное определение 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 добавьте к позициям другого списка, обозначенным буквами.

*Правильно указанные позиции задания этой группы оцениваются в 0,5 балла.*  
**ПОЛНОЦЕННО ВЫПОЛНЕННОЕ ЗАДАНИЕ ЭТОЙ ГРУППЫ ОЦЕНИВАЕТСЯ В 7,5 БАЛЛОВ.**

**5. Задание на установление последовательности.**

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

**ПОЛНОЦЕННО ВЫПОЛНЕННОЕ ЗАДАНИЕ ОЦЕНИВАЕТСЯ В 2,5 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 – 41 балл.**

**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 РЕСПУБЛИКАНСКОЙ ОЛИМПИАДЫ  
ШКОЛЬНИКОВ 2021-2022 уч.г.  
ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»  
7-8 КЛАССЫ**

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

**Максимальное количество баллов – 41 балл.**

**Задания в закрытой форме**

**1. Первым российским деятелем олимпийского движения был:**

- а) князь Л.В. Урусов
- б) граф Г.И. Рибопьер
- в) педагог П.Ф. Лесгафт
- г) генерал А.Д. Бутовский

**2. На современных Олимпийских играх женщины впервые приняли участие в соревнованиях:**

- а) по гимнастике;
- б) по лыжному спорту;
- в) по плаванию;
- г) по фигурному катанию.

**3. В каком году прошли I зимние Олимпийские игры?**

- а) 1896
- б) 1924
- в) 1980
- г) 1994

**4. Что является олимпийским символом?**

- а) пять переплетённых колец
- б) белое атласное полотнище с олимпийскими кольцами
- в) сочетание пяти колец с какими-нибудь другими элементами
- г) олимпийский огонь

**5. Процесс становления, формирования и последующего изменения на протяжении жизни человека морфологических и функциональных свойств его организма, а также основанных на них двигательных способностей и качеств -**

- а) физическая культура;
- б) физическая подготовка;
- в) физическое воспитание;
- г) физическое развитие.

**6. Что из перечисленного относится к показателям физического совершенства?**

- а) высокий уровень работоспособности, спортивное звание
- б) спортивное звание, нормальное здоровье
- в) гармоничное телосложение, максимальные показатели развития силы
- г) нормальное здоровье, гармоничное телосложение

**7. Физкультурные минуты и физкультурные паузы применяются с целью...**

- а) активного отдыха;
- б) пассивного отдыха;
- в) соблюдения режима дня;
- г) развития физических качеств.

**8. Какие показатели характеризуют лёгкую степень утомления?**

- а) дыхание прерывистое поверхностное, небольшое покраснение лица;
- б) появление небольших капель пота на лице, побледнение лица;
- в) появление небольших капель пота на лице, небольшое покраснение лица;
- г) большая напряжённость мышц, дрожание конечностей.

**9. Какая из перечисленных закаливающих процедур относится к водным?**

- а) полоскание горла холодной водой
- б) посещение сауны
- в) воздушные ванны
- г) хождение босиком

**10. Какой из продуктов питания в своем составе имеет преимущественно углеводы?**

- а) мясо;
- б) рыба;
- в) макароны;
- г) сливочное масло.

**11. В разделе лыжной подготовки обучение технике лыжных ходов начинается с:**

- а) одновременно бесшажного хода;
- б) одновременно одношажного хода;
- в) попеременно двухшажного хода;
- г) одновременно двухшажный ход.

**12. Какое расстояние до ворот при штрафном ударе в футболе?**

- а) 7 метров
- б) 8,5 метров
- в) 10 метров
- г) 11 метров

**13. Для воспитания какого физического качества применяются наклоны, махи и подобные упражнения с большой амплитудой?**

- а) ловкость
- б) быстрота
- в) сила
- г) гибкость

**14. Какому режиму физической нагрузки соответствует пульс 121–140 уд/мин?**

- а) оздоровительный
- б) поддерживающий
- в) развивающий
- г) тренирующий

**15. Какое из тестовых упражнений комплекса ГТО определяет развитие**

**двигательно-координационных способностей?**

- а) сгибание и разгибание рук в упоре лёжа
- б) метание малого мяча в горизонтальную цель
- в) метание малого мяча на дальность
- г) прыжок в длину с места толчком двух ног

**16. Какова конечная цель шахматной партии?**

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

**Задания в открытой форме**

**17.** На гимнастическом снаряде переход из более высокого положения в более низкое положение, выполняемый силой в отличие от спада, называется - \_\_\_\_\_.

**18.** Как называется технический приём в волейболе, с которого начинают выполняться игровые действия каждой соперничающей командой?

**19.** Летние Олимпийские игры в СССР состоялись в \_\_\_\_\_ году

**20.** Основная группа велогонщиков в групповой шоссейной гонке называется - \_\_\_\_\_.

**21.** В какой стране и городе будут проходить Зимние Олимпийские игры 2022 года?

**Задание - задача**

**22.** Определите результат участника соревнований в лыжных гонках с раздельным стартом, выступавшим под номером 26, если старт был одиночным через 30 с. Время его финиша равно 49 мин 20 с.

**Задание на установление соответствия**

**23.** Установите соответствие между стандартными размерами спортивных площадок и спортивными играми:

	<b>Спортивные игры</b>		<b>Размеры спортивных площадок (м)</b>
	1. Футбол	А	5,2 x 13,4
	2. Хоккей с мячом	Б	15 x 28
	3. Волейбол	В	20 x 40
	4. Гандбол	Г	9 x 18
	5. Баскетбол	Д	70 x 110
	6. Бадминтон	Е	64-75 x 100-110

**24.** Подберите слова в пары, составляющие устойчивые выражения, ответ запишите в бланке ответа соответствующими буквами.

1	Вольный	А	Удар
2	Восстановительный	Б	Прыжок
3	Двойное	В	Ведение
4	Классический	Г	Катание
5	Опорный	Д	Шаг
6	Олимпийский	Е	Ход
7	Нападающий	Ж	Стиль
8	Скользящий	З	Период
9	Парное	И	Цикл

**Задание на установление последовательности**

**25. Установите последовательность изучения размахивания в упоре на параллельных гимнастических брусьях:**

1. Размахивание в упоре с увеличением амплитуды;
2. Упор лежа, руки на полу, ноги на гимнастической скамейке;
3. Размахивание в упоре с небольшой амплитудой;
4. Упор лежа сзади, руки на полу, ноги на гимнастической скамейке;
5. Размахивание в упоре на предплечьях.

**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. Страйтесь 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 ответы 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. Подобранное определение 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 ответы 26-го задания оцениваются в 1 балл. Полнотично выполненные задания этой группы оцениваются в 5 баллов.*

*Правильно указанные ответы 27-го и 28-го заданий оцениваются в 2 балла. Полнотично выполненные задания этой группы оцениваются в 4 балла.*

**ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО БАЛЛОВ В ЭТОЙ ГРУППЕ СОСТАВЛЯЕТ 9 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. Полнотично выполненные задания этой группы оцениваются в 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 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 –50.**

**ЖЕЛАЕМ УСПЕХА!**

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ЭТАПА ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ 2021-  
2022 уч.г. ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» 9-11 КЛАССЫ**

**Время на выполнение заданий – 45 минут.  
Максимальное количество баллов – 50.**

**Задания в закрытой форме**

1. В каком городе проходили Игры Олимпиады, на которых была представлена «Ода спорту» на конкурсе искусств?
  - а) в Афинах
  - б) в Париже
  - в) в Стокгольме
  - г) в Лондоне
2. Кто из олимпийников был родом с острова Родос?
  - а) Короибос
  - б) Милон
  - в) Нерон
  - г) Леонидас
3. Факельная эстафета олимпийского огня, зажжённого в Олимпии, стала традиционной после Игр...
  - а) XI Олимпиады 1936 года (Берлин, Германия).
  - б) X Олимпиады 1932 года (Лос-Анджелес, США).
  - в) IX Олимпиады 1928 года (Амстердам, Голландия).
  - г) XIV Олимпиады 1948 года (Лондон, Великобритания).
4. Укажите фамилию лучшего вратаря XX века по версии ФИФА, который является обладателем «Золотого мяча»
  - а) Р. Дасаев
  - б) И. Акинфеев
  - в) Л. Яшин
  - г) С. Черчесов
5. Индивидуальное развитие организма обозначается как ...
  - а) генезис
  - б) онтогенез
  - в) филогенез
  - г) воспитание
6. Что относится к оздоровительным задачам физического воспитания?
  - а) повышение уровня здоровья и воспитание качеств личности
  - б) воспитание физических качеств и развитие физических способностей
  - в) формирование двигательных умений и навыков
  - г) овладение специальными физкультурно-спортивными знаниями
7. С помощью какого теста можно определить приспособляемость организма к физической нагрузке?
  - а) при помощи пробы Штанге
  - б) используя пробу Генчи
  - в) с помощью теста Руфье
  - г) с помощью теста Шаповаловой
8. Когда нецелесообразно применять игровой метод?
  - а) при совершенствовании техники двигательного действия
  - б) при решении задач физического воспитания
  - в) при воспитании физических качеств
  - г) при начальном разучивании двигательного действия
9. Движения человека, обеспечивающие активное перемещение в пространстве называются...

- а) кондиции
- б) способности
- в) локомоции
- г) моторные функции

10. Какова длина трассы у спортсменов – биатлонистов, как среди женщин, так и среди мужчин в гонке преследования?

- а) 10 км и 12,5 км
- б) 7,5 км и 12,5 км
- в) 5 км и 7,5 км
- г) 7,5 км и 10 км

11. Какие виды спорта включены в программу Игр XXXII Олимпиады?

- а) бейсбол, софтбол, нетбол
- б) сёрфинг, скалолазание, фрирайдинг
- в) карате, скалолазание, виндсёрфинг
- г) скейтбординг, сёрфинг, бейсбол

12. Какое из занятий относится к урочной форме организации?

- а) физкультминутка
- б) туристический поход
- в) тренировочное занятие в спортивной школе
- г) утренняя гимнастика

13. При выполнении каких упражнений проявляется реакция на движущийся объект?

- а) метание копья
- б) бег на 100 м
- в) опорный прыжок
- г) прием мяча в волейболе

14. Чем характеризуются методы упражнения в режиме непрерывной нагрузки?

- а) слитностью воздействия
- б) стандартностью воздействия
- в) интервальностью воздействия
- г) вариативностью воздействия

15. При организации занимающихся физическими упражнениями используется метод...

- а) повторный
- б) круговой
- в) фронтальный
- г) переменный

16. Прием сближенных заданий используется при совершенствовании:

- а) реакции на движущийся объект
- б) мышечных дифференцировок
- в) равновесия
- г) чувства времени

17. Функция спорта, проявляющаяся в том, что уровень спортивных достижений служит мерилом, образцом максимального уровня человеческих возможностей называется:

- а) эталонная функция
- б) эвристически-прогностическая функция
- в) спортивно-престижная функция
- г) эстетическая функция

18. Способность человека осуществлять большое количество работы, выполняемой за счет энергии окислительной системы без накопления молочной кислоты, в первую очередь зависит:

- а) от биоэнергетических факторов

- б) от факторов функциональной и биохимической экономизации
- в) от функциональной устойчивости организма
- г) личностно-психологических факторов

19. Для передачи эстафетной палочки в эстафетном беге 4x400 м правилами соревнований определяется «зона передачи» длиной...

- а) 10 метров
- б) 15 метров
- в) 20 метров
- г) 25 метров

20. Частота относительно равномерного повторения каких-либо движения называется:

- а) длительность
- б) амплитуда
- в) темп
- г) скорость

### **Задания в открытой форме**

21. Зафиксированная система из условных и безусловных рефлексов, объединенных в функциональный комплекс называется .....

22. Тактическое взаимодействие в баскетболе 2-3 игроков команды, заключающееся в преграждении защитнику соперников кратчайшего пути к опекаемому им игроку называется \_\_\_\_\_.

23. Олимпийским зимним играм, проходившим в 1948 году в Сент-Морице (Швейцария), соответствует номер \_\_\_\_\_.

24. Система организационно-методических мероприятий комплексного характера, на основе которых определяется узкая специализация индивида в определённом виде спорта - \_\_\_\_\_

25. При атаке вторым темпом волейболист выполняет удар по мячу, движущемуся по \_\_\_\_\_ траектории. (в бланк ответа запишите пропущенное слово)

### **Задания на последовательность**

26. Укажите последовательность появления способов прыжка в высоту с разбега.

27. Укажите последовательность испытаний (тестов) комплекса ГТО, направленных на определение развития физических качеств (способностей) для оценки:

А - силы; Б - координационных способностей; В - гибкости; Г - выносливости.

28. Укажите целесообразную последовательность стимулирования факторов (возможностей), обуславливающих выносливость в ходе одного урока физической культуры:

А – аэробные возможности; Б –анаэробно-гликолитические возможности; В – алактатные возможности.

### **Задание на установление соответствие**

29 . Установите соответствие между техническими приёмами баскетболиста и способами их выполнения.

<b>Олимпийские чемпионы</b>		<b>Вид спорта</b>	
1	ловля мяча	А	бегом по коротким отрезкам
2	передачи мяча	Б	с низким отскоком
3	броски в корзину	В	одной рукой от плеча с отскоком
4	передвижение	Г	одной рукой от плеча с отскоком от щита
5	ведение мяча	Д	двумя руками

**30.** Соотнесите названия двигательных действий с видами спорта, в которых они используются. Ответ запишите в бланке ответа соответствующими буквами.

Двигательные действия		Вид спорта	
1	Блокшот; слэм-данк; заслон	А	Плаванье
2	Кроль; брасс; баттерфляй	Б	Баскетбол
3	Смэш; бэкхенд; форхенд; нетбол	В	Спортивная гимнастика
4	Твизл; аксель; лутц; риттбергер; тулуп	Г	Теннис
5	Фляк; рондат; сосок	Д	Фигурное катание

#### Задание-задача

**31.** Ученик А, обучающийся в 9 классе, имеет рост 175 см и массу тела 73 кг, его весоростовой индекс равен 417 (г/см).

Ученик Б, обучающийся в 9 классе, имеет рост 173 см и массу тела 51 кг, его весоростовой индекс равен 294 (г/см).

Расчеты проводились по формуле: ВРИ =  $\frac{\text{Масса тела(г)}}{\text{Рост (см)}}$

Норма ВРИ для подростков 13–17 лет - 300 – 400 (г/см)

Задание: 1. Оцените показатели весоростового индекса ученика А.

2. Оцените показатели весоростового индекса ученика Б.

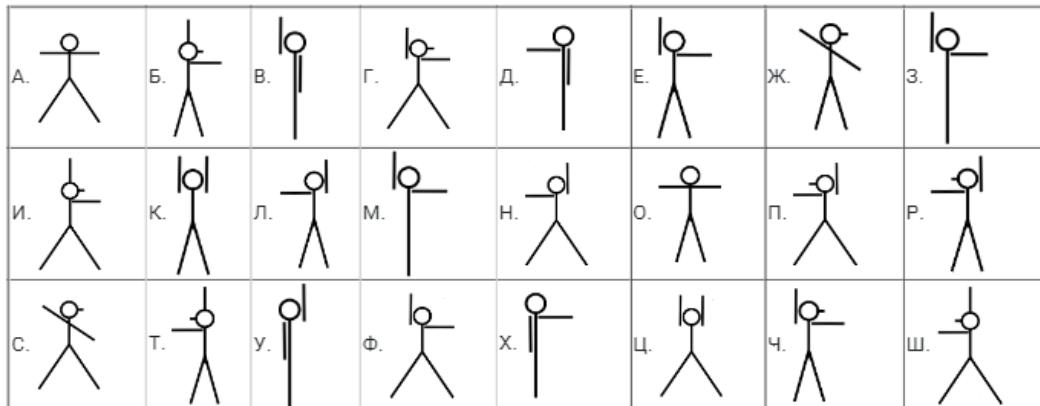
3. Рассчитайте и оцените СВОЙ весоростовой индекс (результаты округлите до целых единиц). Все расчеты, ответ и оценку запишите в бланк ответа.

#### Задание – описание гимнастического упражнения.

**32.** Составьте графическую запись физического упражнения в соответствии с его описанием: для каждого описания подберите соответствующую пиктограмму из таблицы.

И.П. – широкая стойка ноги врозь руки в стороны

1. – левую руку вверх
2. – правую руку вверх
3. – левую руку в сторону
4. – И.П.



**Вы закончили выполнение заданий.**

**Поздравляем!**