ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ по предмету «Физическая культура»

**Школьный этап 2024уч. г.**

**7-8 классы**

**Время выполнения заданий – 45 минут.**

***Слова, написанные с ошибками, оцениваются как неверный ответ. Исправления и зачеркивания оцениваются как неверный ответ.***

**Задания в закрытой форме**

1. ***У какой горы праздновались античные Олимпийские игры …*** а. Кронос;

б. Алфей;

в. Олимп;

г. Афон.

1. ***Какие показатели необходимы для расчёта ИМТ (индекса Кетле)…***  а. рост, вес;

б. рост, вес, ЧСС в покое;

в. объем грудной клетки, объем талии, рост;

г. толщина жировой складки в районе живота, груди, лопатки.

1. ***Здоровье человека – это …***

а. отсутствие болезней и физических дефектов;

б. крепкий иммунитет и неподверженность заболеваниям;

в. состояние полного физического, душевного и социального благополучия;

г. отсутствие вредных привычек и повышенная работоспособность

1. ***В каком виде спорта возможно установить абсолютный рекорд …*** а. плавание;

б. бокс;

в. баскетбол;

г. стендовая стрельба.

1. ***По правилам вида спорта «флорбол» основное время игры должно составлять…***  а. 2 периода по 30 минут;

б. 3 периода по 15 минут;

в. 3 периода по 20 минут;

г. 4 период по 15 мин.

1. ***В каких испытаниях комплекса ГТО время на выполнение теста ограничено…***

а. поднимание туловища из положения лёжа на спине;

б. стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку; в. бег на 60 метров;

г. плавание.

1. ***Назовите подводящее упражнение для обучения опорному прыжку способом***

***«согнув ноги» …***

а. из упора лежа прыжком в упор присев;

б. из упора присев прыжок вверх;

в. прыжки в глубину на точность приземления;

г. сгибание и разгибание ног в седе.

1. ***Майки игроков в баскетболе должны быть пронумерованы…***  а. от 1-10;

б. 4-15;

в. 5-20;

г. 10-20.

1. ***Какие из перечисленных видов гимнастики не являются олимпийскими?***

***Отметьте все позиции.*** а. основная гимнастика;

б. прыжки на батуте;

в. эстетическая гимнастика;

г. спортивная гимнастика.

1. ***Какие спортивные мероприятия проходят под патронажем Международного олимпийского комитета. Отметьте все позиции.***

а. Всемирная универсиада;

б. Европейские юношеские фестивали;

в. Международные спортивные игры «Дети Азии»;

г. Чемпионат мира по футболу.

**Задания в открытой форме**

1. ***Вид аэробики, направленный на растяжку мышц тела развитие гибкости и эластичности…***

1. ***Занимающийся, стоящий в колонне первым называется…***

1. ***Дистанция в беге, равная 42 км. 195 м., называется…***

1. ***Наиболее рациональный способ выполнения двигательного действия …***

**Задания на соответствие**

1. ***Установите соответствие между консистенцией лыжной мази и температурой её использования. Ответ буквами запишите в бланк ответа.***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | ***Консистенция лыжной мази*** |  | ***Температура использования*** |
| 1 | твердая | А | от -1 до -30 °С |
| 2 | полутвердая | Б | от +2 до +4°С |
| 3 | жидкая | В | от-1 до+1 °С |

1. ***Установите соответствие между максимальным количеством игроков в каждой команде (на игровом поле или площадке, в бассейне) во время игры и видом спорта. Ответ буквами запишите в бланк ответов.***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | ***Вид спорта*** | ***Количество игроков*** | |
| 1 | Баскетбол | А | 3 |
| 2 | Водное поло | Б | 4 |
| 3 | Волейбол | В | 5 |
| 4 | Гандбол | Г | 6 |
| 5 | Голбол | Д | 7 |
| 6 | Пляжный футбол | Е | 8 |
| 7 | Регби-7 | Ж | 9 |
| 8 | Стритбол | З | 10 |
| 9 | Флорбол | И | 11 |
| 10 | Хоккей на траве | К | 12 |

**Задание на выбор верных позиций**

1. ***Из предложенного списка определите виды спорта, требующих преимущественного проявления выносливости, координационных способностей и силы. Ответ цифрами запишите в соответствующую клетку в бланке ответов.***

* 1. Армрестлинг 6. Прыжки на батуте
  2. Горнолыжный спорт 7. Спортивное ориентирование
  3. Лыжные гонки 8. Триатлон
  4. Пауэрлифтинг 9. Тяжелая атлетика
  5. Прыжки в воду 10. Фигурное катание

**Задания-задачи.**

1. ***Тренировочная нагрузка в занятии составляет 65% от максимального веса. При таком задании на тренировку Петя приседает со штангой весом 80 кг. Рассчитайте максимальный вес штанги для Пети в данном упражнении. Решение и полный ответ запишите в бланк ответов (результат округлите до целых единиц).***

1. ***На основании информации, указанной во фрагменте протокола соревнований по лыжным гонкам, определите результат (в часах, минутах и секундах) и место каждого участника соревнований.***

***В бланке ответов заполните таблицу и цифрами запишите недостающую информацию в поле «ответ».***

Протокол соревнований по лыжным гонкам (фрагмент)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Стартовый номер | Время старта | Время финиша |
| 3 | 0:00:45 | 0:24:21 |
| 5 | 0:01:15 | 0:25:59 |
| 6 | 0:01:30 | 0:25:41 |
| 9 | 0:02:15 | 0:26:05 |
| 10 | 0:02:30 | 0:26:21 |

***Вы выполнили задание.***

***Поздравляем!***