**ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

**ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП.**

**7- 8 КЛАССЫ**

**Инструкция по выполнению заданий**

Внимательно прочитайте каждое задание.

Максимальное количество баллов за оба тура – 100 баллов.

Максимальный **«зачетный»** балл за теоретико – методический тур - 20

Теоретико – методический тур – 35 баллов.

Максимальный **«зачетный»** балл за практический тур - 80 баллов (40 – гимнастика и 40 – полоса препятствий).

Время выполнения всех заданий теоретико – методического тура – 45 минут

**Инструкция по выполнению заданий**

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к уровню знаний учащихся общеобразовательных школ по предмету «Физическая культура».

Задания объединены в 3 группы:

1. **Задания 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».

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

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 1 балл.

1. **Задания, в которых необходимо написать правильный ответ самостоятельно.** При выполнении этих заданий необходимо самостоятельно подобрать недостающие слова, чтобы получилось верное утверждение, или верный ответ на вопрос. Подобранные слова вписывайте в соответствующую графу бланка работы.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2 балла.

1. **Задания на установление соответствия между понятиями.** Каждое верное утверждение этой группы оценивается в 1 балл.

Контролируйте время выполнения задания.

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

***Желаем успеха!***

**I. Задания с выбором одного правильного ответа**

**1. Белое атласное полотнище с изображением пяти переплетённых колец –**

**это** …

а) Олимпийский символ б) Олимпийская эмблема

в) Олимпийское знамя г) Олимпийский флаг

**2. Кто является первым известным олимпиоником?**

а) Милон

б) Леонидас

в) Короибос

г) Диагор

**3.В каком году пройдут следующие зимние Олимпийские игры?**

а) в 2022 году б) в 2024 году

в) в 2025 году г) в 2026 году

**4.На какие виды разделяют быстроту двигательной реакции?**

а) общую и частную

б) общую и специальную

в) быструю и медленную

г) простую и сложную

**5.Какое игровое амплуа у голкипера?**

а) нападающий б) вратарь

в) защитник г)полузащитник

**6.Какое из физических упражнений является статическим?**

а) вис

б) приседания

в) кувырок

г) бег

**7.Что из перечисленного является нарушением правил в баскетболе?**

а) опека игрока б) заслон

в) пробежка г) бросок из-под кольца

**8. В каком виде спорта нет технического приёма «ведение мяча»?**

а) флорбол б) баскетбол

в) теннис г) футбол

**9. В каком виде спорта не используется клюшка?**

а) гольф б) бейсбол

в) флорбол г) конное поло

**10. Какая из перечисленных задач физического воспитания относится к оздоровительным?**

а) формирование осанки

б) воспитание силы воли

в) обучение двигательным действиям

г) совершенствование техники физических упражнений

**11. Как называется часть урока, в которой происходит восстановление организма до исходного уровня?**

а)подготовительная б) основная

в)заключительная г)восстановительная

**12.Какой процесс направлен на воспитание физических качеств и обучение двигательным действиям к определённому виду деятельности?**

а) физическая подготовка б) физическое образование в) физическое воспитание г) спортивная подготовка

**13.Часть матча в волейболе, за время которой, одна из команд должна набрать 25 очков**.

а) сет б) партия в) раунд г) тайм

**14.Прославленный советский легкоатлет, двукратный Олимпийский чемпион, многократный рекордсмен мира.**

а)Александр Карелин

б) Александр Попов

в)Павел Колобков

г)Владимир Куц

**15.Что относится к показателям интенсивности нагрузки?**

а)длина преодолеваемой дистанции б) скорость бега

в)количество повторений одного упражнения г)продолжительность занятия

**II. Задания, в которых необходимо написать правильный ответ самостоятельно**

**Ответ впишите в соответствующую графу бланка.**

**16. Какое максимальное количество игроков одной команды одновременно может находиться на площадке в волейболе? В ответ запишите число.**

**17. Назовите физическое качество, которое включает в себя скоростно - силовые способности**.

**18. Комплексная система оздоровительных мероприятий и воздействий на организм с использованием целебных сил природы.**

**III. Задания на установление соответствия между понятиями**

Ответ впишите в соответствующую графу бланка.

**19. Установите соответствие между физическими качествами и их определениями.**

|  |  |
| --- | --- |
| 1) сила | А) способность преодолевать сопротивление или противодействовать ему посредством собственных  мышечных напряжений |
| 2) быстрота | Б) способность противостоять утомлению |
| 3) выносливость | В) способность выполнять двигательные действия  с большой амплитудой |
| 4) ловкость | Г) способность быстро, точно, целесообразно, экономно  и находчиво решать двигательные задачи |
| 5) гибкость | Д) способность выполнять движения и реагировать на сигналы за минимальный промежуток времени |

**20. Установите соответствие между видом спорта и его характеристиками**

|  |  |
| --- | --- |
| 1) футбол | А) площадка 28 × 15 м, время матча – 4 четверти  по 10 минут |
| 2) баскетбол | Б) площадка 18 × 9 м, время матча – до выигрыша одной  командой трёх партий |
| 3) гандбол | В) площадка 23,77 × 8,23 м, время матча – до выигрыша  одним из игроков 2 из 3 либо 3 из 5 сетов |
| 4) волейбол | Г) поле 120 × 90 м, время матча – 2 тайма по 45 минут |
| 5) теннис  (одиночная игра) | Д) площадка 40 × 20 м, время матча – 2 тайма по 30  минут |

**21. Установите соответствие между мячами и видами спорта**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***А*** | https://fsd.multiurok.ru/html/2019/09/23/s_5d890ed40b6fe/s1210490_4_1.jpeg | 1. ***баскетбол*** |
| ***Б*** | https://fsd.multiurok.ru/html/2019/09/23/s_5d890ed40b6fe/s1210490_4_2.jpeg | ***2) настольный теннис*** |
| ***В*** | https://fsd.multiurok.ru/html/2019/09/23/s_5d890ed40b6fe/s1210490_4_3.jpeg | ***3)волейбол*** |
| ***Г*** | https://fsd.multiurok.ru/html/2019/09/23/s_5d890ed40b6fe/s1210490_4_4.jpeg | ***4)рэгби*** |