

**ТЕКСТЫ ОЛИМПИАДНЫХ ЗАДАНИЙ МУНИЦИПАЛЬНОГО ЭТАПА  
ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ ПО ПРЕДМЕТУ  
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»  
В 2024/25 УЧЕБНОМ ГОДУ  
7-8 классы**

## **ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ.**

### **Задания в закрытой форме**

**Завершите утверждения, выбрав для каждого один правильный ответ**

1. В программу древних Олимпийских игр входил бег. Какая была длина дистанции?

- а) 600 ступней;
- б) 700 ступней;
- в) 800 ступней;
- г) 900 ступней.

2. Федеральный закон «О физической культуре и спорте» был принят:

- а) в 2006 году;
- б) в 2007 году;
- в) в 2008 году;
- г) в 2009 году.

3. Привычная поза человека в положении стоя, сидя и во время ходьбы – это:

- а) силуэт;
- б) осанка;
- в) сколиоз.

4. Физиологический процесс восприятия человеком величины, формы и цвета предметов, их взаимного расположения и расстояния между ними, обеспечивающий ему возможность ориентироваться в окружающем мире – это:

- а) слух;
- б) зрение;
- в) осязание;
- г) обоняние.

5. Требование немедленного выполнения определенного двигательного действия – это:

- а) самоприказ;
- б) самовнушение;
- в) самоубеждение;
- г) самоконтроль.

6. Норма жизненной емкости легких у юношей 7-х классов:

- а) 2000-2500 л;
- б) 2500-3000 л;
- в) 3000-3500 л.

7. К периферической нервной системе относится:

- а) головной мозг;
- б) нервы, соединяющие нервные клетки между собой;
- в) сосуды.

8. Сочетание разнообразных двигательных действий, выполняемых в повседневной жизни, передвижениях, занятиях физическими упражнениями – это:

- а) спорт;
- б) физическая культура;
- в) двигательная активность;
- г) здоровый образ жизни.

9. Нормой пробы с задержкой дыхания на выдохе считается время:

- а) 20-30 с;
- б) 40-60 с;
- в) 70-80 с.

10. Положение тела на снаряде, при котором плечи находятся ниже точки хвата – это:

- а) вис;
- б) упор;
- в) наклон.

11. Лыжный ход, при котором продвижение вперед происходит за счет отталкиваний палками:

- а) одновременный одношажный;
- б) одновременный бесшажный;
- в) одновременный двухшажный.

12. Способ плавания, напоминающий движения лягушки – это:

- а) кроль на груди;
- б) брасс;
- в) баттерфляй;
- г) кроль на спине.

### **Задания в открытой форме**

**Завершите истинное утверждение, вписав соответствующее слово или словосочетание**

13. Экстренный способ торможения при спуске с горы на лыжах, когда внезапно появляется препятствие ...

14. В каком виде спорта выступает Олимпийский чемпион Денис Спицов?.....

15. Способность выполнять движения с большой амплитудой — это...

### **Задание на установление соответствия**

16. Установите соответствие между внешними признаками утомления и их степенями

1	Легкая степень утомления	А	Резкое покраснение или побледнение кожи
2	Значительная степень утомления	Б	Учащенное ровное дыхание

3	Очень сильная степень утомления	В	Сильная потливость головы и тела
---	---------------------------------	---	----------------------------------

### Задание процессуального или алгоритмического толка

17. Выберите правильное распределение перечисленных ниже упражнений в занятии по общей физической подготовке:



- а) ходьба или спокойный бег в чередовании с дыхательными упражнениями;
- б) упражнения, постепенно включающие в работу все большее количество мышечных групп;
- в) упражнения на выносливость;
- г) упражнения на быстроту и гибкость;
- д) упражнения на силу;
- е) дыхательные упражнения.



### Задание, предполагающее перечисление

18. Перечислите варианты испытаний (тестов), связанных с бегом при сдаче норм ВФСК «ГТО» четвертой возрастной ступени (12-13 лет).

### Задание с иллюстрациями

19. Мячи из каких видов спорта изображены на рисунках (впишите ответы):

	<p>А)</p>
	<p>Б)</p>

	B)
	Γ)

## Задание-кроссворд

20. Решите кроссворд. Ответы записывайте в бланк ответа.

				5											
								б							
								а				4			
			2					с							
								к							
								е							
						1		т							
								б							
								о							
	3					6		л							

Вопросы:

**- по горизонтали:**

1. Состязание между двумя или несколькими спортсменами, командами; как элемент турнирной системы организации соревнований или самостоятельное соревнование;
2. Система физических упражнений для укрепления здоровья и всестороннего физического развития человека;
3. Вид спорта, командная спортивная игра, в процессе которой две команды соревнуются на специальной площадке, разделённой сеткой.

**- по вертикали:**

4. Часть спортивной игры, устанавливаемая по времени;
5. Ряд дисциплин, в которых спортсмены состязаются в беге на короткие дистанции;
6. Стилль спортивного плавания на груди, при котором руки и ноги выполняют симметричные движения в плоскости, параллельной поверхности воды.

### **Задание-задача**

21. При сдаче контрольных нормативов в начале учебного года Сережа пробежал 3 км за 15 минут, а в конце учебного года его результат улучшился на 20%. Какой результат в беге на 3 км показал Сережа в конце учебного года?