

ТИТУЛЬНЫЙ ЛИСТ

16.5

Всероссийская олимпиада школьников _____ этап

Заполняется ПЕЧАТНЫМИ БУКВАМИ чернилами черного или синего цвета по образцам:

А	Б	В	Г	Д	Е	Ж	З	И	К	Л	М	Н	О	П	Р	С	Т	У	Ф	Х	Ц	Ч	Ш	Щ	Ъ	Ы	Ь	Э	Ю	Я	@	8	9	,
A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z	1	2	3	4	5	6	7	0	.

ПРЕДМЕТ Физическая культура КЛАСС 7

ДАТА 02.10.2024

ШИФР УЧАСТНИКА

ФК - 7 - 2

ФАМИЛИЯ БАРАНОВ
 ИМЯ ДАНИЛА
 ОТЧЕСТВО ВЛАДИМИРОВИЧ

Документ удостоверяющий личность

свидетельство о рождении

паспорт

Гражданство

Российская Федерация

серия

номер

Иное

Дата рождения 18.07.2017

Муниципалитет ГОРОДА ХАБАРОВСК

Сокращенное наименование образовательной организации (школы), город (поселок, село)

МБОУ СОШ №2

Сведения о педагогах-наставниках

1. Фамилия Ниденко
 Имя Амврий
 Отчество Владимирович

2.

Личная подпись участника		Все поля обязательны к заполнению!
--------------------------	--	------------------------------------

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

7-8 класс

Задания в закрытой форме

1. Олимпийская хартия – это...

- а. документ, в котором изложены основополагающие принципы Олимпийского движения;
- б. концепция современного олимпизма;
- в. название оды, написанной Пьером де Кубертенем;
- г. правила соревнований, входящих в программу Игр Олимпиады.

2. В каком году состоялось первое официальное участие России в Олимпийских играх?

- а. в 1896 г.;
- б. в 1900 г.;
- в. в 1908 г.;
- г. в 1912 г.

3. В каком году в программу Олимпийских игр впервые были включены Юношеские состязания?

- а. 632 до н.э.;
- б. 394 до н.э.;
- в. 2010 н.э.;
- г. 1998 н.э.

4. Освоение двигательного действия следует начинать с...

- а. выполнения двигательного действия в упрощенной форме и в замедленном темпе;
- б. устранения ошибок при выполнении подготовительных и подводящих упражнений;
- в. формирования представления об общем смысле данного способа решения двигательной задачи;
- г. формирование связей между двигательными центрами, действующими в данном действии.

5. Самый эффективный способ выполнения физических упражнений называется ...

- а. навык;
- б. результат;
- в. техника;
- г. умение.

6. Какой из перечисленных методов можно отнести к методам словесного воздействия?

- а. сигнал выстрела стартового пистолета;
- б. сигнал свистком для начала игры;
- в. счёт во время выполнения упражнения;
- г. хлопки для задания ритма упражнения.

7. Переход из одного строя в другой называется ...

- а. передвижением;
- б. перемещением;
- в. перестроением;
- г. построением

8. Способность выполнять движения с большой амплитудой называется...

- а. гибкостью;
- б. растяжкой;
- в. стретчингом;
- г. эластичностью мышц.

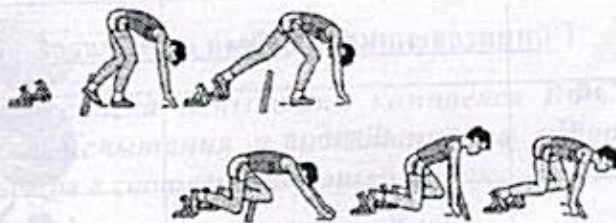
9. Сила – это..

- а. комплекс различных проявлений человека в определенной двигательной деятельности, в основе которых лежит понятие «мышечное усилие»;
- б. способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противостоять ему за счет мышечных усилий (напряжений);
- в. способность человека проявлять большие мышечные усилия;
- г. способность человека проявлять мышечные усилия различной величины в возможно короткое время.

10. «ЛИБЕРО» в волейболе – это...

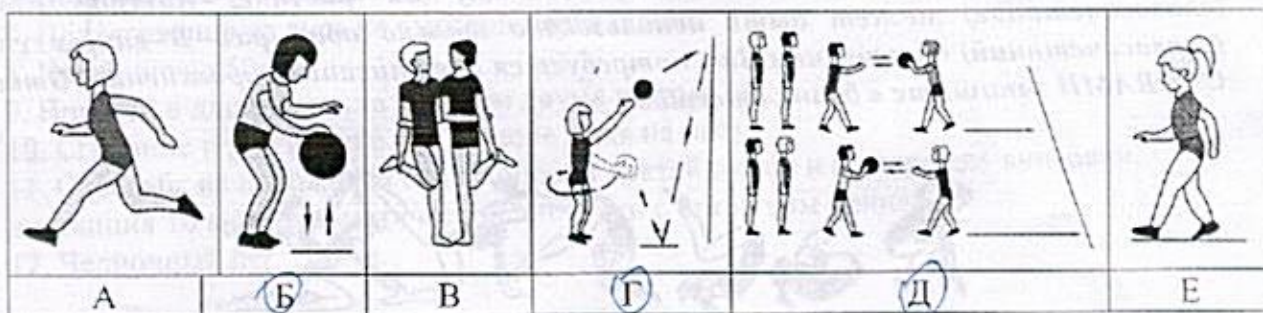
- а. запасной игрок;
- б. игрок нападения;
- в. капитан команды;
- г. игрок защиты.

11. При беге на какую дистанцию используется данный способ старта?



- а. 60 м;
- б. 800 м;
- в. 1000 м;
- г. все вышеперечисленное.

12. Из представленной таблицы выберите упражнения для специальной разминки баскетболиста. Ответ буквами запишите в бланк ответов.



Задания в открытой форме

Завершите утверждения, вписав соответствующее слово в бланк ответов.

13. Метод контроля, при котором фиксируется частота сердечных сокращений называется ... *пульс*







14. Персональное замечание игроку или тренеру в баскетболе называется ... *штраф*

15. Русская народная игра, суть которой сводится к «выбиванию» метанием биты фигур, составленных различным образом из пяти деревянных цилиндров (чурок) называется ...

16. Циклическое локомоторное движение, связанное с горизонтальным перемещением тела на основе чередования периодов опоры и полета называется ... *повторяющийся шаг*

Задания на установление правильной последовательности

17. Расположите представленные мячи в порядке УМЕНЬШЕНИЯ их размеров. Ответ буквами запишите в бланк ответов.

2	А	баскетбольный мяч	
4	Б	гандбольный мяч	
6	В	мяч для гольфа	
5	Г	теннисный мяч	
1	Д	Фитбол	
3	Е	футбольный мяч	

18. Используя слова (словосочетания) из списка дайте правильную формулировку гимнастическому упражнению, изображенному на рисунке. Каждое слово (словосочетание) может быть использовано только один раз. В списке слов (словосочетаний) больше, чем Вам потребуется для описания упражнения. Ответ СЛОВАМИ запишите в бланк ответов.



вперёд
в стойку
присев
2 назад

в упор
из упора
1 кувырок
в основную стойку

3 в полушагата
лёжа
перекат
4 прогнувшись

Школа № 22, ул. Коммунальная, Хабаровский край
Николаевый этап 2024-2025 уч. год

Задание на установление соответствия

19. Сопоставьте физические упражнения с двигательными способностями, на которые они воздействуют. Ответ буквами запишите в бланк ответов

	Физические упражнения		Двигательные способности
1/	бег 30 м	А	гибкость
2/ <i>А</i>	метание гранаты	Б	двигательно-координационные способности
3/	переднее равновесие	В	силовая выносливость
4/ <i>В</i>	подтягивание на низкой перекладине	Г	общая выносливость
5/ <i>А</i>	прыжок в длину с места	Д	скоростно-силовые способности
6/ <i>Е</i>	челночный бег 3x10	Е	скоростные способности

Задание на выбор верных позиций

20. Из представленного списка испытаний комплекса ВФСК ГТО IV ступени выберите обязательные испытания и испытания по выбору. Ответ цифрами запишите в бланк ответов в соответствующей строке.

- ✓ 1. Бег на 60 м.
- 2. Бег на 1500 м.
- 3. Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности).
- ✓ 4. Метание мяча весом 150 г.
- 5. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье.
- 6. Поднимание туловища из положения лежа на спине.
- 7. Подтягивание из виса на высокой перекладине.
- 8. Плавание на 50 м.
- ✓ 9. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.
- ✓ 10. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.
- 11. Стрельба из положения сидя с опорой локтей о стол и с упора для винтовки, дистанция 10 м из пневматической винтовки с открытым прицелом.
- ✓ 12. Челночный бег 3x10 м.

Задание-задача

21. На соревнованиях по легкой атлетике в беге на 60 м, каждый забег стартует с интервалом в 7 минут. Старт первого забега в 10:45 часов. В какое время в стартует забег № 5? Решение и развернутый ответ в формате «часы: минуты» запишите в бланк ответов. *14:20*

Вы выполнили задание!

Поздравляем!

Всероссийская олимпиада школьников Хабаровский край
 Школьный этап 2024-2025 уч. год
 7-8 класс
 Теоретико-методическое задание

Шифр _____

БЛАНК ОТВЕТОВ

№ вопроса	Варианты ответов	№ вопроса	Варианты ответов																
1	<input checked="" type="checkbox"/> а <input type="checkbox"/> б <input type="checkbox"/> в <input type="checkbox"/> г	8	<input checked="" type="checkbox"/> а <input type="checkbox"/> б <input type="checkbox"/> в <input type="checkbox"/> г																
2	<input type="checkbox"/> а <input type="checkbox"/> б <input checked="" type="checkbox"/> в <input type="checkbox"/> г	9	<input checked="" type="checkbox"/> а <input type="checkbox"/> б <input type="checkbox"/> в <input type="checkbox"/> г																
3	<input type="checkbox"/> а <input type="checkbox"/> б <input checked="" type="checkbox"/> в <input type="checkbox"/> г	10	<input type="checkbox"/> а <input checked="" type="checkbox"/> б <input type="checkbox"/> в <input type="checkbox"/> г																
4	<input checked="" type="checkbox"/> а <input type="checkbox"/> б <input type="checkbox"/> в <input type="checkbox"/> г	11	<input type="checkbox"/> а <input type="checkbox"/> б <input type="checkbox"/> в <input checked="" type="checkbox"/> г																
5	<input checked="" type="checkbox"/> а <input type="checkbox"/> б <input checked="" type="checkbox"/> в <input type="checkbox"/> г	12	<input checked="" type="checkbox"/> б, в, г, д																
6	<input type="checkbox"/> а <input type="checkbox"/> б <input checked="" type="checkbox"/> в <input type="checkbox"/> г																		
13.	<u>пушка</u>		5																
14.	<u>штурвал</u>																		
15.																			
16.	<u>сер</u>		2																
17.	<table border="1" style="width: 100%; text-align: center; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 25%;">д</td> <td style="width: 25%;">А</td> <td style="width: 25%;">Е</td> <td style="width: 25%;">Б</td> </tr> <tr> <td style="width: 25%;">Г</td> <td style="width: 25%;">Г</td> <td style="width: 25%;">В</td> <td style="width: 25%;">В</td> </tr> </table>			д	А	Е	Б	Г	Г	В	В	3							
д	А	Е	Б																
Г	Г	В	В																
18.	<u>кувык, как шаг в полуминуте промывались</u>																		
19.	<table border="1" style="width: 100%; text-align: center; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 16.6%;">1</td> <td style="width: 16.6%;">2</td> <td style="width: 16.6%;">3</td> <td style="width: 16.6%;">4</td> <td style="width: 16.6%;">5</td> <td style="width: 16.6%;">6</td> </tr> <tr> <td>Г</td> <td>д</td> <td>Б</td> <td>В</td> <td>А</td> <td>Е</td> </tr> </table>						1	2	3	4	5	6	Г	д	Б	В	А	Е	1,5
1	2	3	4	5	6														
Г	д	Б	В	А	Е														
20.	Обязательные испытания	<u>1, 4, 9, 10, 12</u>																	
	Испытания по выбору	_____																	

Подписи членов жюри

11.5

БЛАНК ОТВЕТОВ (продолжение)
7-8- класс

Шифр _____

21.

РЕШЕНИЕ

$$1) 7 \cdot 5 = 35$$

$$2) 10 : 45 + 35 = 11 : 20$$

ОТВЕТ. Задание № 2 в 11:20

5

Оценка

16,5

(слагаемые по группам заданий и сумма баллов)

Подписи и ФИО членов жюри

