



ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ 2019/20 гг.
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
7-8 КЛАСС

Теоретический тур
Материалы для учителя

Время выполнения заданий **45** минут
Максимальное количество баллов - **20**

Из предложенных вариантов ответов выберите один правильный и занесите в бланк ответа в нужном столбце.

1. Вид спорта, который обеспечивает наибольший эффект при развитии скоростных способностей, это...

- а. борьба
- б. бег на короткие дистанции
- в. бадминтон
- г. бег на средние дистанции

2. На XXII Олимпийских играх в Сочи спортсменка получила титул «Королева биатлона»....

а) Тура Бергер; б) Ольга Вилухина; в) Дарья Домрачева; г) Андреа Хенкель.

3. С какого года зимние олимпийские игры стали проводиться отдельно от летних?

- а) 1980; б) 1992; в) 1994; г) 1998.

4. Столица Олимпийских игр -2018

- а) германский Мюнхен; б) корейский Пхенчхан;
- в) французский Анси; г) австрийский Зальцбург.

5. Основоположителем научной системы физического воспитания в России является....

а) П.Ф. Лесгафт; б) Е.А. Покровский; в) Е.М. Дементьев; г) Н.И. Подвойский.

6. В какой игре вместо ворот имеется зачетное поле противника?

а) футбол; б) тэг-регби; в) водное поло; г) гандбол.

7. Система занятий физическими упражнениями, которая направлена на развитие всех физических качеств в их гармоничном сочетании – это ...

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

8. Неэффективны при формировании телосложения:

- а. упражнения, способствующие повышению скорости движений;
- б. кардиотренировки;



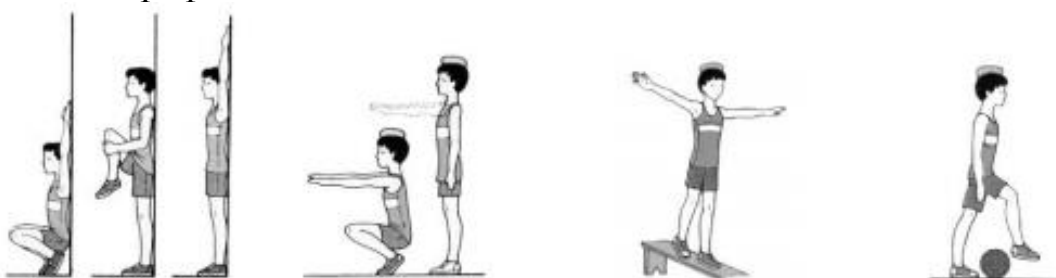
ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ 2019/20 гг.
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
7-8 КЛАСС

- в. силовой тренинг (занятия в тренажерном зале в блочных тренажерах);
- г. упражнения с большим сопротивлением со свободными весами;
- д. интервальная тренировка.

9. Рассмотрите упражнения, представленные на рисунке.

Определите, с какой целью они применяются:

- а. формирование стройной фигуры;
- б. развитие равновесия;
- в. формирования правильной осанки;
- г. профилактика плоскостопия.



10. Игра, в которой применяется диск (летающая тарелка)?

- а) сквош;
- б) фризби;
- в) кёрлинг;
- г) гольф.

11. Когда участник соревнований по лыжным гонкам может не уступать лыжню догнавшему сопернику?

- а) по всей дистанции;
- б) за 300 метров до финиша;
- в) за 200 метров до финиша;
- г) за 100 метров до финиша.




12. Прочитайте текст, определите и запишите в бланк ответов способ плавания.

_____ характеризуется попеременным непрерывным движением рук и ног. Пловец лежит на спине, поэтому выдох выполняется над водой. Этот способ используется для транспортировки пострадавшего, переносе различных грузов.





ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ 2019/20 гг.
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
7-8 КЛАСС

13. Рассмотрите изображения и запишите в бланк ответов терминологию данных акробатических упражнений в таблицу.

	А)
	Б)
	В)

14. Метод организации деятельности занимающихся, предусматривающий одновременное выполнение несколькими группами разных заданий, называется

15. Рассмотрите изображения с жестами судьи в футболе. Запиши в таблицу обозначения видов нарушений

 А	 Б	 В
--	--	--



ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ 2019/20 гг.
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
7-8 КЛАСС

Ключ к ответам на вопросы 7-8 классы
Теоретический тур

Максимальное количество баллов – **20**

Правильный ответ оценивается

в 1 балл с 1 по 11 вопрос, 2 балла с 12 по 14 вопрос и 3 балла 15 вопрос

№ вопроса	Варианты ответов			
правильный ответ оценивается в 1 балл				
	а	б	в	г
1		б		
2			в	
3			в	
4		б		
5	а			
6		б		
7				г
8	а			
9			в	
10		б		
11				г
правильный ответ оценивается в 2 балла				
12	Кроль на спине			
13	А) Упор стоя на коленях	Б) Стойка на лопатках	В) Мост	
14	Групповой			
правильный ответ оценивается в 3 балла				
15	А) Тайм-аут	Б) Удаление	В) Штрафной удар	



ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ 2019/20 гг.
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
7-8 КЛАСС

Практический тур
Материалы для учителя

Максимальное количество баллов – **80**.

Задание 1. Легкая атлетика (челночный бег 3х10)

Максимальное количество баллов – **40**.

Конкурсное испытание заключается в преодолении дистанции 3х10 м. с переносом предметов. Для выполнения упражнения участнику предоставляется одна попытка.

По команде «На старт» участник подходит к линии старта, «Внимание» - занимает ИП – высокого старта, «Марш» - начинает бег до 10-ти метровой линии, забирает кубик из резинового кольца (вместо кольца может на отметке 10м рядом с кубиком стоять фишка), возвращается к линии старта, кладет кубик в на линию или за линию старта и бежит к 10-ти метровой линии, месту финиша.

Оценка выполнения

1. Фиксируется время преодоления дистанции.
2. За два фальстарта или выполнения упражнения иным способом участник снимается с дистанции.
3. За нарушения участником или представителем правил поведения во время проведения испытаний дополнительно 1 с.
4. За любые другие нарушения дополнительно по 0,5 с.

Фиксируется результат, который оценивается согласно таблице:

Вид	40 баллов	30 баллов	20 баллов	10 баллов	5 баллов
Челночный бег (мальчики)	7,2с и менее	7,3 – 7,9с	8,0 – 8,3с	8,4 – 9,0с	9,1 и более
Челночный бег (девочки)	7,8с и менее	7,9 – 8,3с	8,4 – 8,9с	9,0 – 9,5с	9,6 и более

Задание 2. Гимнастика

Максимальное количество баллов – **40**

Описание выполнения.

Испытания проводятся в виде выполнения участниками акробатической комбинации, произвольно составленной из пяти обязательных соединений.

Оценка действий участника и продолжительность упражнения (не должна превышать 70 секунд) фиксируется с момента выполнения первого движения и заканчивается фиксацией основной стойки после окончания упражнения. При продолжительности упражнения более 70 с, упражнение прекращается и оценивается только его выполненная часть. Сигналом готовности участника к началу выступления служит поднятая вверх правая рука. Для выполнения упражнения участнику предоставляется только одна попытка. Все элементы должны выполняться технически правильно, в соответствии с требованиями гимнастического стиля.

Комбинация должна иметь четко выраженное начало и окончание, включать в себя связующие элементы, придающие комбинации целостность и динамичность, выполняться слитно без неоправданных пауз по акробатической дорожке со сменой направления. Фиксация статических элементов не менее 2 секунд.



ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ 2019/20 гг.
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
7-8 КЛАСС

Практический тур
Материалы для учителя

Девочки 7-8 классы

№	Соединения	Кол-во баллов
1	И.П. – О.С. Равновесие на правой (левой), руки в стороны (держать) /4,0/ - шагом левой (правой) кувырок вперед в упор присев /4,0/	8,0
2	Поворот кругом в упоре присев - перекал назад - стойка на лопатках (держать) /4,0/- кувырок назад через правое (левое) плечо в полушпагат, руки в стороны /4,0/	8,0
3	Из упора присев выполнить сед углом, руки в стороны (держать) /4,0/ - из упора присев кувырок назад в упор присев, выпрямиться руки вверх/4,0/	8,0
4	Переворот в сторону /4,0/+ переворот в сторону в стойку ноги врозь, руки в стороны — поворот направо (налево) в основную стойку/4,0/	8,0
5	Прыжок вверх ноги врозь, дугами наружу руки вверх /4,0/ - прыжок вверх с поворотом кругом /4,0/	8,0

Итого: 40 баллов

Юноши 7-8 классы

№	Соединения	Кол-во баллов
1	И.П. – О.С. Из упора присев кувырок вперед в упор присев /4,0/- поворот кругом в упоре присев - сед углом, руки в стороны (держать) /4,0/	8,0
2	Из упора присев кувырок назад /4,0/ - стойка на лопатках (держать) /4,0/- кувырок через правое (левое) плечо в упор присев - выпрямиться в стойку руки вверх /4,0/	12,0
3	Переворот в сторону /4,0/ - переворот в сторону /4,0/	8,0
4	Махом одной, толчком другой стойка на руках (обозначить)	4,0
5	Прыжок вверх с поворотом кругом, дугами наружу руки вверх /4,0/, приземление /4,0/	8,0

Итого: 40 баллов

**** Примечание:** в таблице указано максимально возможное количество баллов за тот или иной элемент. Если отдельный элемент выполняется с ошибками, то количество баллов за него снижается.



Материалы для учителя

Сводный протокол итогов всех испытаний

[illegible]