

I. Задания с выбором одного правильного ответа

1. С какой периодичностью проводились Олимпийские игры в Древней Греции?

- а) каждый год
- б) один раз в два года
- в) один раз в четыре года
- г) один раз в пять лет

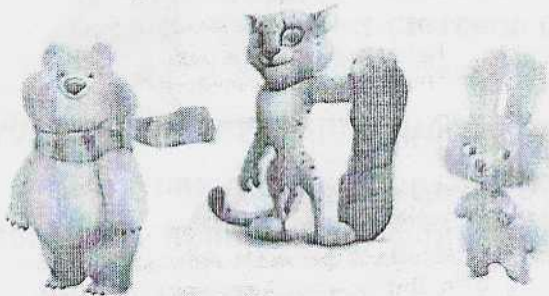
2. Кто является основоположником возрождения Олимпийских игр?

- а) Жан Жак Руссо
- б) Пьер де Кубертен
- в) Хуан Антонио Самаранч
- г) Николай Панин-Коломенкин

3. Когда и где состоятся ближайшие летние Олимпийские игры?

- а) в 2020 г. в Японии
- б) в 2022 г. в Китае
- в) в 2020 г. в США г)
- в 2022 г. в России

4. Что представлено на рисунке?



- а) талисманы Олимпийских игр
- б) символы Олимпийских игр
- в) ритуалы Олимпийских игр г)
- Олимпионики

5. Назовите дисциплину, не относящуюся к легкой атлетике.

- а) бег
- б) ходьба
- в) лазания
- г) метания

6. При каком условии считается правильным сгибание и разгибание рук в упоре лёжа при сдаче норм ГТО?

- а) плечи, туловище и ноги составляют прямую линию
- б) при сгибании рук происходит касание грудью станка (счётчика)
- в) каждое возвращение в исходное положение фиксируется на 1 с
- г) все перечисленные условия должны выполняться

7. Что из перечисленного относится к гимнастическим снарядам?

- а) перекладина
- б) скакалка
- в) гимнастическая палка
- г) обруч

8. Какой из видов ходьбы изображён на рисунке?



- а) спортивная ходьба
- б) скандинавская ходьба
- в) ходьба на носках
- г) ходьба на пятках

9. Какие фазы различают в прыжке в длину с разбега?

- а) исходное положение, прыжок, конечное положение
- б) разбег, отталкивание, полёт, приземление
- в) разбег, прыжок, выход из сектора, измерение результата
- г) вызов в сектор, прыжок, измерение результата, объявление результата

10. Как называется способ торможения при спуске с горы на лыжах?



- а) «лесенкой»
- б) «согнув ноги»
- в) «ёлочкой»
- г) «плугом»

11. Что из перечисленного является признаком правильной осанки?

- а) плечи сведены вперед;
- б) одинаковые треугольники талии;
- в) на разных уровнях плечи и нижние углы лопаток;
- г) сутулая спина

12. Сколько времени должно пройти между приёмом пищи и последующими физическими упражнениями?

- а) 23–30 минут
- б) 30–60 минут
- в) 2–2,5 часа
- г) 3–4 часа

13. Как называется положение, представленное на рисунке?



- а) основная стойка
- б) стойка ноги врозь
- в) стойка руки на пояс
- г) стойка скрестно левой

14. В ходьбе, в отличие от бега,
- а) другая координация работы рук и ног
  - б) отсутствует фаза полета
  - в) присутствует цикличность упражнения
  - г) длиннее шаги

15. В каком виде спорта во время игры запрещается касаться руками мяча?
- а) футбол
  - б) гандбол
  - в) водное поло
  - г) теннис

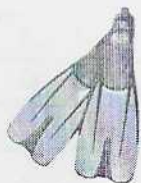
II. Задания, в которых необходимо завершить высказывание

Завершите определение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.

16. Способность противостоять физическому утомлению в процессе мышечной деятельности. *выносливость*

17. В каком году были проведены первые Олимпийские игры современности? *1896*

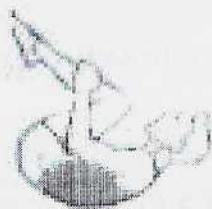
18. Для какого вида спорта не используется обувь, представленная на рисунке?



*плавание*

19. Физическое лицо, занимающееся избранным видом спорта и выступающее на спортивных соревнованиях.

20. Дайте правильную формулировку гимнастическому упражнению.



## Бланк ответа

I. Задания с выбором одного правильного ответа.

№ вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»
1			б	
2		б		
3	а			
4	а			
5			в	
6				г
7	а			
8		б		
9		б		
10				г

№ вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»
11				
12				
13	а			
14				
15	а			

II. Задания, в которых необходимо завершить высказывание.

№ вопроса	Ответ
16	высказывать
17	1896
18	плавание
19	
20	

Оценка (слагаемые и сумма) 18

Подписи членов жюри Зотых

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ  
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ 2023–2024 УЧЕБНЫЙ ГОД.  
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП  
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР  
7–8 классы

**Инструкция по выполнению заданий**

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

Задания объединены в 3 группы.

**I. 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 ответ – тот, который наиболее полно соответствует смыслу утверждения. Выбранный вариант отмечается зачёркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в» или «г».

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

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 1 балл.

**II. Задания, в которых необходимо завершить высказывание.** При выполнении этих заданий необходимо самостоятельно подобрать недостающие слова, чтобы получилось верное утверждение. Подобранные слова вписывайте в соответствующую графу бланка ответов.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2 балла.

**III. Задания на установление соответствия между понятиями.** Каждое верно установленное соответствие этой группы оценивается в 1 балл.

Контролируйте время выполнения заданий.

Полноценное выполнение третьей группы заданий может потребовать больше времени.

Время выполнения всех заданий – 45 минут.

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

*Желаем успеха!*

I. Задания с выбором одного правильного ответа.

1. Чем знаменит Пьер де Кубертен?

- а) Он был первым олимпийским чемпионом.
- ↳ б) Он возродил олимпийские игры.
- в) Он ввёл панкратион в программу Олимпийских игр.
- г) Он был первым президентом Международного олимпийского комитета.

2. Как называется свод основных законов и принципов олимпийского движения?

- а) гимн Олимпийских игр
- ↳ б) олимпийская хартия
- в) программа Олимпийских игр
- г) девиз Олимпийских игр

3. На каком континенте не проводились Олимпийские игры?

- а) Австралия
- б) Азия в)
- Америка г)
- Африка

4. Кто является первым олимпийским чемпионом игр современности?

- Ⓐ Джеймс Конноли, лёгкая атлетика б) Карл Шуман, гимнастика в) Альфред Асикайнен, борьба г) Александр Петров, борьба

5. Какое физическое качество преимущественно воздействует на функциональные системы организма?

- Ⓐ выносливость
- б) сила в)
- быстрота
- г) ловкость

6. Какова основная функция соревнований?

- Ⓐ максимальная реализация своих возможностей
- б) повышение уровня здоровья в) воспитание физических качеств г) общение между людьми

7. Что из перечисленного относится к интенсивности нагрузки?

- а) количество повторений упражнения
- Ⓑ время выполнения упражнения в)
- скорость выполнения упражнения
- г) величина дистанции в циклических упражнениях

8. Как называется физическая культура для людей с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов?
- а) лечебная
  - б) оздоровительная в)
  - реабилитационная г)
  - адаптивная
9. Какой из перечисленных снарядов относится к метательным?
- а) молот
  - б) гирия в)
  - штанга г)
  - шест
10. Сколько ступеней различают при сдаче ВФСК «Готов к труду и обороне»?
- а) 9
  - б) 10
  - в) 11
  - г) 13
11. Разновидностью какой спортивной игры является стритбол?
- а) баскетбол
  - б) волейбол
  - в) гандбол г)
  - регби
12. Что понимается под технической подготовкой?
- а) обучение двигательным действиям
  - б) воспитание физических качеств
  - в) способность выполнять двигательное действие автоматизированно
  - г) перемещение тела в пространстве и времени
13. С какой целью проводится физкультминутка?
- а) обучение двигательным действиям
  - б) преодоление утомления в)
  - воспитание физических качеств
  - г) воспитание качеств личности
14. В каком году впервые был введен физкультурный комплекс «Готов к труду и обороне»?
- а) в 1917 г.
  - б) в 1931 г.
  - в) в 1952 г.
  - г) в 1978 г
15. В каком из игровых видов спорта нет ведения мяча?
- а) хоккей б)
  - футбол в)
  - флорбол г)
  - баскетбол

II. Задания, в которых необходимо завершить высказывание

Завершите определение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.

16. Назовите спортивную дисциплину, представленную на рисунке, присутствующую на древних и современных Олимпийских играх.




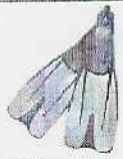




17. Как называлась дистанция, соответствующая 192,27 м, на которой соревновались в беге на Олимпийских играх древности?

III. Задания на соотнесение понятий и определений (задания «на соответствие»)

18. Установите соответствие между цветами колец из Олимпийского символа и континентами.

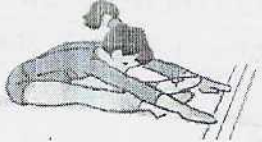
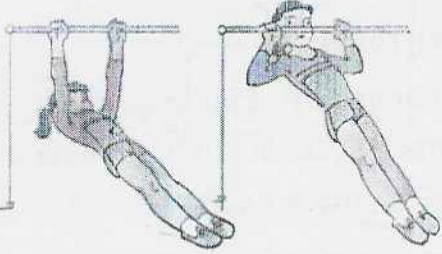

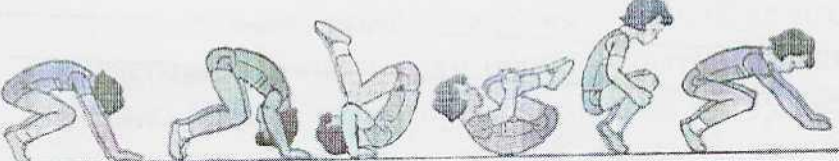
1) красный		А) Африка
2) синий	Б	Б) Америка
3) жёлтый		В) Европа
4) чёрный		Г) Австралия
5) зелёный		Д) Азия

19. Установите соответствие между изображениями спортивной обуви и спортивными дисциплинами.

1) 	Е	А) лыжные гонки
2) 	Д	Б) хоккей
3) 	Б	В) борьба
4) 	В	Г) гимнастика
5) 	Г	Д) плавание
6) 	А	Е) бег



20. Установите соответствие между изображениями контрольных упражнений и физическими качествами, которые они оценивают

1) 	А) ловкость
2) 	Б) выносливость
3) 	В) гибкость
4) 	Г) сила

## Бланк ответа

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

№ вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»
1		б		
2		б		
3				
4	а			
5	а			
6	а			
7		б		
8				
9		а		
10	б			

№ вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»
11	а			
12	б	б		
13		б		
14		б		
15	а			

### II. Задания, в которых необходимо завершить высказывание.

№ вопроса	Ответ
16	
17	

### III. Задания на установление соответствия.

18.	1	2	3	4	5
	Б	А	В	Б	А

19.	1	2	3	4	5	6
	Е	Д	Б	В	Г	А

20.	1	2	3	4

Оценка (слагаемые и сумма) 208.

Подписи членов жюри



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

1. Какая аббревиатура соответствует названию национального олимпийского комитета в нашей стране?
 

а) РОК	в) НОК
б) ОКР	г) МОК
  
2. В каком году мировое сообщество отмечало 100-летний юбилей олимпийского движения современности?
 

а) в 1980 г.	б) в 1994 г.
б) в 1988 г.	г) в 2000 г.
  
3. На каком континенте Олимпийские игры проводились наибольшее число раз?
 

а) Европа	в) Америка
б) Азия	г) Австралия
  
4. В каком виде спорта проявили себя Михаил Ботвинник, Бобби Фишер, Анатолий Карпов, Владимир Крамник, Сергей Карякин и Магнус Карлсен?
 

а) биатлон	б) шахматы
б) лёгкая атлетика	г) плавание
  
5. На какие виды двигательных способностей воздействуют прыжковые упражнения?
 

а) на скоростно-силовые способности б) на выносливость в) на гибкость г) на способность сохранять равновесие
  
6. Как называют нарушение правил в баскетболе?
 

а) забег	в) перебежка
б) пробежка	г) забегание
  
7. В каких физических упражнениях самая продолжительная фаза полета?
 

а) ходьба	б) прыжки
б) бег	г) лазания
  
8. Какой режим нагрузки соответствует частоте сердечных сокращений от 140 до 160 ударов в минуту?
 

а) оздоровительный	в) развивающий
б) поддерживающий	г) тренирующий
  
9. В каком виде спорта нет ворот?
 

а) флорбол	б) кёрлинг
б) хоккей	г) водное поло

10. Какой из способов подачи в волейболе является самым распространённым?  
а) нижняя прямая подача  
б) нижняя боковая подача  
в) верхняя прямая подача  
г) верхняя боковая подача

11. Сколько игроков находится во время игры на футбольном поле?  
а) 11  
б) 20  
в) 22  
г) 25

12. Что из перечисленного НЕ является нарушением осанки?  
а) кифоз  
б) сколиотическая осанка  
в) гиперлордоз  
г) «круглая спина»

13. Какое из контрольных упражнений НЕ входит в нормы ГТО?  
а) толкание ядра  
б) рывок гири  
в) метание гранаты  
г) метание мяча

14. В каком виде спорта одной из дисциплин является плавание?  
а) биатлон  
б) триатлон  
в) дуатлон  
г) скиатлон

15. Выберите фразы, отражающие сущность занятия лёгкой атлетикой.  
а) для занятий легкой атлетикой обязательно требуется инвентарь  
б) во время выполнения легкоатлетических упражнений требуется страховка  
в) легкая атлетика используется как средство общей физической подготовки  
г) легкая атлетика является сезонным видом спорта

II. Задания, в которых необходимо завершить высказывание или ответить на вопрос

16. На Пелопонесском полуострове в селении Олимпия, у подножия реки Алфей берут своё начало...?

17. Как называются олимпийские игры для людей с ограниченными возможностями?

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

19. Как называется показатель, отражающий функциональные возможности системы дыхания, который определяется с помощью спирометра?

20. Система психологических приемов и формул самовнушения, направленных на регуляцию психических состояний, расслабление мышц, восстановление работоспособности, называется...

III. Задания на установление соответствия между понятиями

21. Установите соответствие между продуктами питания и веществами, преимущественно получаемыми организмом при их потреблении.

Вещества	Продукты питания
1) белки	А) кисломолочные продукты
2) жиры	Б) хлебобулочные изделия
3) углеводы	В) рыба, мясо
4) кальций	Г) семена подсолнечника

22. Установите соответствие между спортсменами и атрибутами их вида спорта.

Спортсмен	Атрибут
1) Елена Исинбаева <i>Т</i>	А) ракетка
2) Евгений Малкин <i>Ф</i>	Б) мяч
3) Андрей Аршавин <i>Б</i>	В) болид
4) Даниил Квят <i>В</i>	Г) шест
5) Мария Шарапова <i>А</i>	Д) клюшка

23. Установите соответствие между видами спорта и аббревиатурами международных федераций.

Федерация	Вид спорта
1) ФИБА	А) плавание
2) ФИФА <i>Ф</i>	Б) баскетбол
3) ФИНА	В) лёгкая атлетика
4) ИААФ	Г) гимнастика
5) ФИЖ	Д) футбол

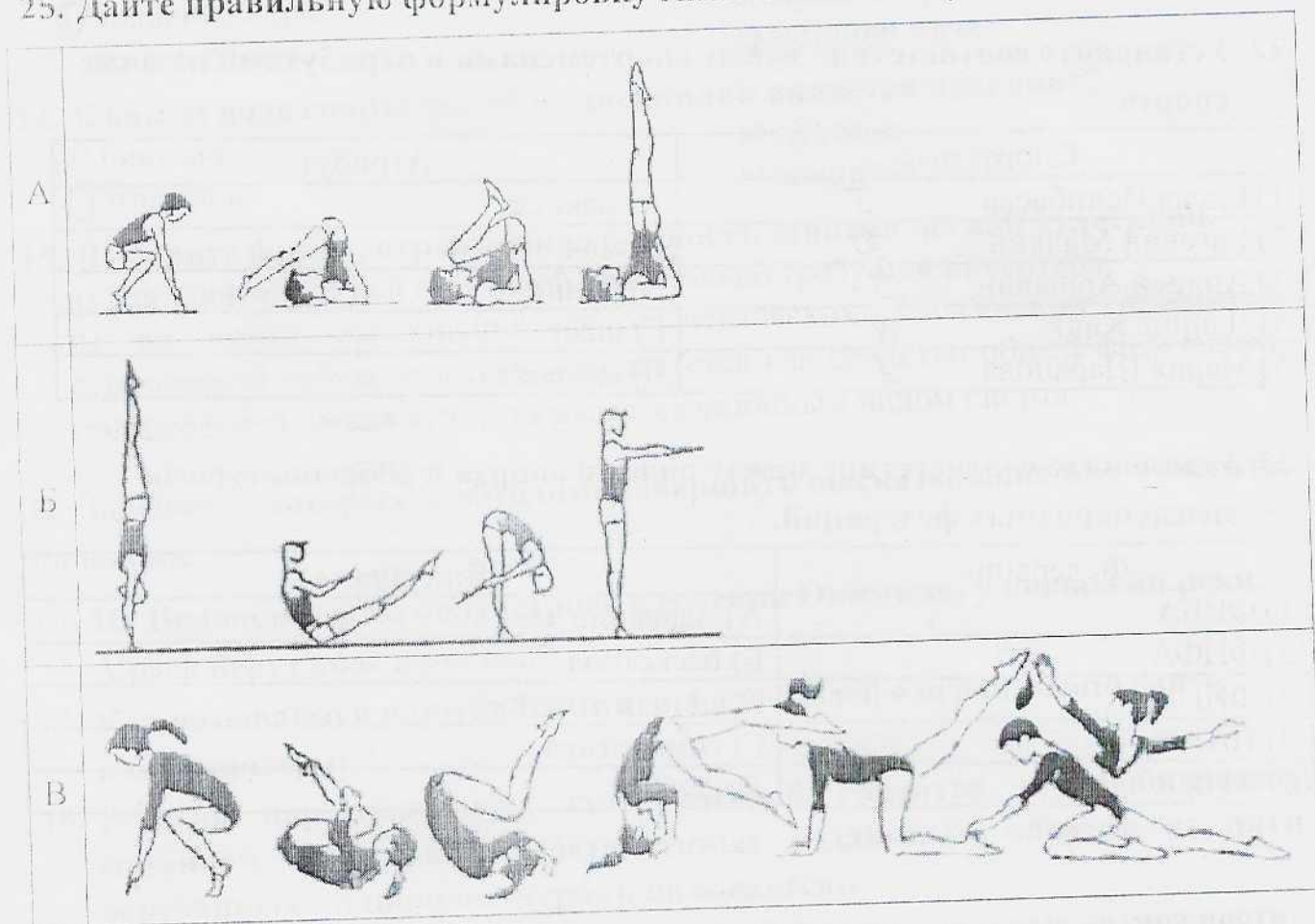
IV. Задание на установление правильной последовательности действий.

24. Установите правильную последовательность при описании физического упражнения.

- а) исходное положение
- б) конечное положение
- в) действие

V. Задание – описание гимнастических упражнений

25. Дайте правильную формулировку гимнастическим упражнениям.



### Бланк ответа

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

№ вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»
1		б		
2			в	
3	а			
4			в	
5	а			
6		б		
7				
8			в	
9			в	
10			в	

№ вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»
11			в	
12	а			
13	а			
14		б		
15			в	

#### II. Задания, в которых необходимо завершить высказывание или ответить на вопрос.

№ вопроса	Ответ
16	
17	
18	
19	
20	

#### III. Задания на соотнесение понятий и определений.

21.	Ответ:	1	2	3	4

22.	Ответ:	1	2	3	4	5
		Г	Б	Ж	В	А

23.	Ответ:	1	2	3	4	5
			Д			

#### IV. Задание на установление правильной последовательности действий.

24.	Ответ:	1	2	3

#### V. Задание – описание гимнастических упражнений.

##### 25. Гимнастические упражнения.

А	
Б	
В	

Оценка (слагаемые и сумма) 205

Подписи членов жюри 

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

- Какая аббревиатура соответствует названию национального олимпийского комитета в нашей стране?  
а) РОК  
б) ОКР  
в) НОК  
г) МОК
- В каком году мировое сообщество отмечало 100-летний юбилей олимпийского движения современности?  
а) в 1980 г.  
б) в 1988 г.  
в) в 1994 г.  
г) в 2000 г.
- На каком континенте Олимпийские игры проводились наибольшее число раз?  
а) Европа  
б) Азия  
в) Америка  
г) Австралия
- В каком виде спорта проявили себя Михаил Ботвинник, Бобби Фишер, Анатолий Карпов, Владимир Крамник, Сергей Карякин и Магнус Карлсен?  
а) биатлон  
б) лёгкая атлетика  
в) шахматы  
г) плавание
- На какие виды двигательных способностей воздействуют прыжковые упражнения?  
а) на скоростно-силовые способности  
б) на выносливость  
в) на гибкость  
г) на способность сохранять равновесие
- Как называют нарушение правил в баскетболе?  
а) забег  
б) пробежка  
в) перебежка  
г) забегание
- В каких физических упражнениях самая продолжительная фаза полета?  
а) ходьба  
б) бег  
в) прыжки  
г) лазания
- Какой режим нагрузки соответствует частоте сердечных сокращений от 140 до 160 ударов в минуту?  
а) оздоровительный  
б) поддерживающий  
в) развивающий  
г) тренирующий
- В каком виде спорта нет ворот?  
а) флорбол  
б) хоккей  
в) кёрлинг  
г) водное поло



10. Какой из способов подачи в волейболе является самым распространённым?

- а) нижняя прямая подача  
б) нижняя боковая подача  
в)  верхняя прямая подача  
г) верхняя боковая подача

11. Сколько игроков находится во время игры на футбольном поле?

- а) 11  
б) 20  
в)  22  
г) 25

12. Что из перечисленного НЕ является нарушением осанки?

- а)  кифоз  
б) сколиотическая осанка  
в) гиперлордоз  
г) «круглая спина»

13. Какое из контрольных упражнений НЕ входит в нормы ГТО?

- а)  толкание ядра  
б) рывок гири  
в) метание гранаты  
г) метание мяча

14. В каком виде спорта одной из дисциплин является плавание?

- а) биатлон  
б)  триатлон  
в) дуатлон  
г) скиатлон

15. Выберите фразы, отражающие сущность занятия лёгкой атлетикой.

- а) для занятий легкой атлетикой обязательно требуется инвентарь  
б) во время выполнения легкоатлетических упражнений требуется страховка  
в)  легкая атлетика используется как средство общей физической подготовки  
г) легкая атлетика является сезонным видом спорта

II. Задания, в которых необходимо завершить высказывание или ответить на вопрос

16. На Пелопонесском полуострове в селении Олимпия, у подножия реки Алфей берут своё начало...? *Олимпийские игры*

17. Как называются олимпийские игры для людей с ограниченными возможностями? *Параолимпийские игры*

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

19. Как называется показатель, отражающий функциональные возможности системы дыхания, который определяется с помощью спирометра?

20. Система психологических приемов и формул самовнушения, направленных на регуляцию психических состояний, расслабление мышц, восстановление работоспособности, называется...

III. Задания на установление соответствия между понятиями

21. Установите соответствие между продуктами питания и веществами, преимущественно получаемыми организмом при их потреблении.

Вещества	Продукты питания
1) белки	А) кисломолочные продукты
2) жиры	Б) хлебобулочные изделия
3) углеводы	В) рыба, мясо
4) кальций	Г) семена подсолнечника

22. Установите соответствие между спортсменами и атрибутами их вида спорта.

Спортсмен	Атрибут
1) Елена Исинбаева	А) ракетка
2) Евгений Малкин	Б) мяч
3) Андрей Аршавин	В) болид
4) Даниил Квят	Г) шест
5) Мария Шарапова	Д) клюшка

23. Установите соответствие между видами спорта и аббревиатурами международных федераций.

Федерация	Вид спорта
1) ФИБА	А) плавание
2) ФИФА	Б) баскетбол
3) ФИНА	В) лёгкая атлетика
4) ИААФ	Г) гимнастика
5) ФИЖ	Д) футбол

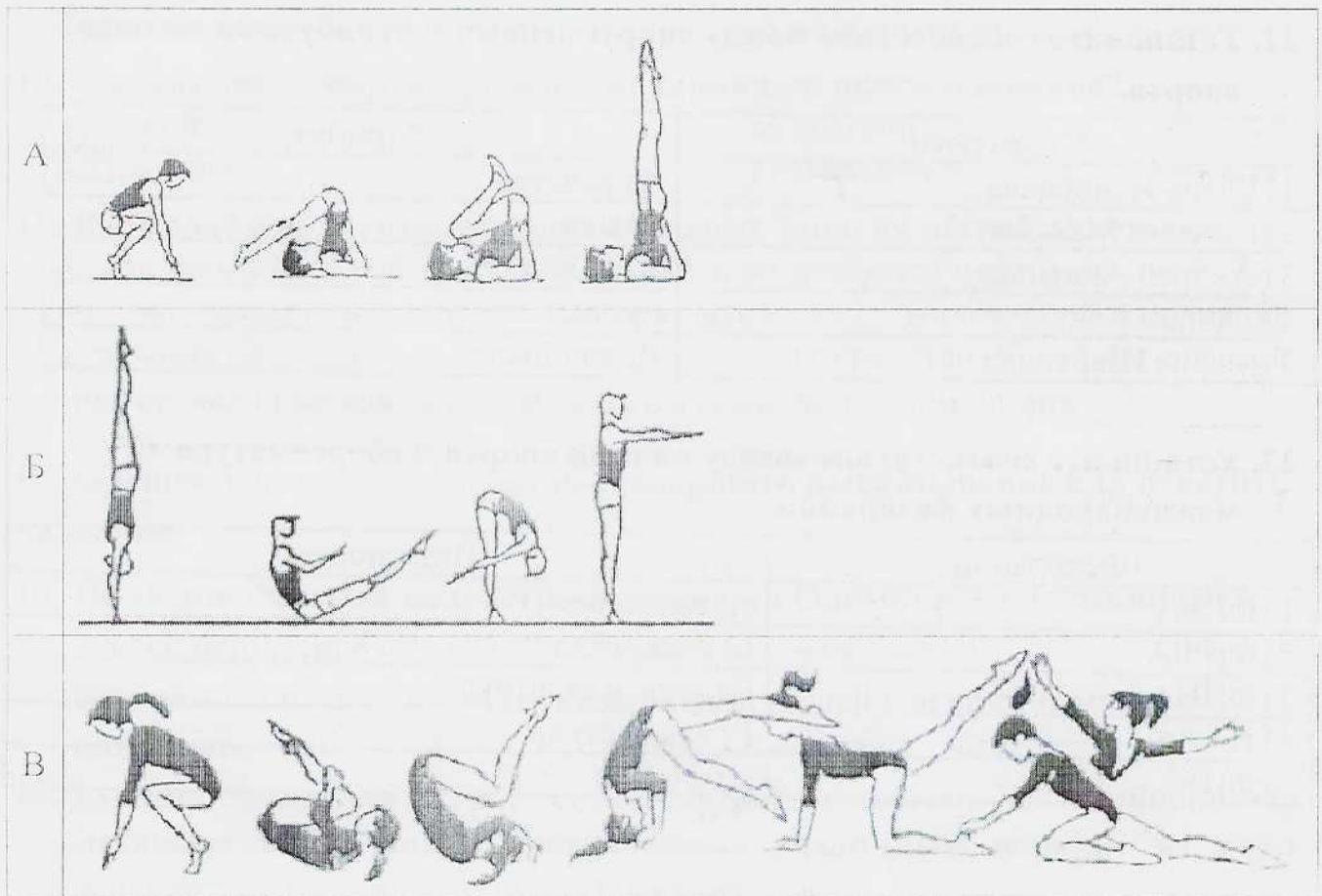
IV. Задание на установление правильной последовательности действий.

24. Установите правильную последовательность при описании физического упражнения.

- а) исходное положение
- б) конечное положение
- в) действие

V. Задание – описание гимнастических упражнений

25. Дайте правильную формулировку гимнастическим упражнениям.



### Бланк ответа

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

№ вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»
1		б		
2			в	
3	а			
4			в	
5	а			
6		б		
7			в	
8			в	
9			в	
10			в	

№ вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»
11			в	
12	а			
13	а			
14		б		
15			в	

#### II. Задания, в которых необходимо завершить высказывание или ответить на вопрос.

№ вопроса	Ответ
16	Олимпийский спорт
17	Параолимпийское спорт
18	
19	
20	

#### III. Задания на соотнесение понятий и определений.

21.	Ответ:	1	2	3	4

22.	Ответ:	1	2	3	4	5
		Г				

23.	Ответ:	1	2	3	4	5

#### IV. Задание на установление правильной последовательности действий.

24.	Ответ:	1	2	3

#### V. Задание – описание гимнастических упражнений.

##### 25. Гимнастические упражнения.

А	
Б	
В	

Оценка (слагаемые и сумма) \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_\_

Подписи членов жюри \_\_\_\_\_