

<i>Предмет</i>	<i>Класс</i>	<i>Дата</i>	<i>Время начала</i>	<i>Время окончания</i>
<i>Физическая культура</i>	<i>7-8</i>	<i>18.11.2022</i>	<i>11.00</i>	<i>11.45</i>

*Все ответы на предложенные задания вписываются в бланк ответов! Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов. Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ.*

**Время выполнения заданий – 45 минут!**

*Желаем удачи!*

**1. Атлетов, нанесших смертельные раны сопернику во время проведения античных Олимпийских игр, судьи Эллады...**

- а) изгоняли со стадиона  
б) признавали победителями  
в) объявляли героями  
г) накладывали штраф

**2. Где существовали наиболее известные системы физического воспитания в Древней Греции?**

- а) Афины и Спарта  
б) Спарта и Олимпия  
в) Афины  
г) Олимпия

**3. Как называются специально подготовленные места, расположенные по залу, для выполнения заданий во время урока?**

- а) позиции  
б) станции  
в) остановки  
г) пункты

**4. Какой из видов спорта относится к единоборствам?**

- а) хоккей  
б) самбо  
в) биатлон  
г) регби

**5. Расположите мячи в порядке возрастания длины окружности.**

**1) футбол    2) волейбол    3) большой теннис    4) баскетбол**

- а) 1,2,4,3  
б) 4,2,1,3  
в) 3,2,1,4  
г) 3,2,4,1

<i>Предмет</i>	<i>Класс</i>	<i>Дата</i>	<i>Время начала</i>	<i>Время окончания</i>
<i>Физическая культура</i>	<i>7-8</i>	<i>18.11.2022</i>	<i>11.00</i>	<i>11.45</i>

**6. Название олимпийского талисмана MIRAITOWA, Игр Олимпиады в Токио 2020 основано на японских словах «Mirai» и «towa», связанных вместе. Что они означают?**

- а) отвага, успех  
б) выдержка, воля  
в) сила, движение  
г) будущее, вечность

**7. Документ, в котором четко определены условия соревновательной борьбы.**

- а) положение  
б) правила  
в) классификация  
г) протокол

**8. В каком веке возродились Олимпийские игры?**

- а) в XVIII  
б) в XIX  
в) в XX  
г) в XXI

**9. Первые Всемирные соревнования, аналогичные древнегреческим Олимпийским играм, прошли в Греции в ...**

- а) 1892 году  
б) 1894 году  
в) 1896 году  
г) 1900 году

**10. В каком году были проведены первые Олимпийские зимние игры?**

- а) в 1920 году  
б) в 1924 году  
в) в 1928 году  
г) в 1932 году

**11. Размер площадки для игры волейбол составляет...**

- а) 28 x 15 м  
б) 22 x 13 м  
в) 20 x 10 м  
г) 18 x 9 м

<i>Предмет</i>	<i>Класс</i>	<i>Дата</i>	<i>Время начала</i>	<i>Время окончания</i>
<i>Физическая культура</i>	<i>7-8</i>	<i>18.11.2022</i>	<i>11.00</i>	<i>11.45</i>

**12. Из скольки максимально возможных партий состоит игра в волейбол?**

- а) 3 партии  
б) 4 партии  
в) 5 партий  
г) 6 партий

**13. С какого возраста предусмотрена сдача норм ВФСК «ГТО»?**

- а) не ограничено  
б) с 5 лет  
в) с 6 лет  
г) с 7 лет

**14. Какой вид испытаний не входит в комплекс ВФСК «ГТО»?**

- а) наклон вперед из положения стоя  
б) прыжок в длину с разбега  
в) прыжок в длину с места  
г) прыжки через скакалку

**15. Кто был знаменосцем сборной России на открытии Игр Олимпиады в Токио– 2020?**

- а) Елена Исинбаева  
б) Софья Великая и Максим Михайлов  
в) Абдулрашид Садулаев  
г) Максим Михайлов и Светлана Ромашина

**16. Какое количество золотых, серебряных и бронзовых олимпийских медалей завоевала сборная России на Играх Олимпиады в Токио – 2020?**

- а) 20, 28, 23  
б) 20, 25, 26  
в) 28, 20, 23  
г) 23, 28, 20

**17. Триколор и государственный гимн России оказались под запретом по решению Спортивного арбитражного суда на Олимпиаде в Токио – 2020. Под каким флагом выступала сборная России?**

- а) под флагом МОК  
б) под флагом WADA  
в) под флагом МСФ  
г) под флагом ОКР

<i>Предмет</i>	<i>Класс</i>	<i>Дата</i>	<i>Время начала</i>	<i>Время окончания</i>
<i>Физическая культура</i>	<i>7-8</i>	<i>18.11.2022</i>	<i>11.00</i>	<i>11.45</i>

**18. Как называется прибор для определения жизненной ёмкости лёгких (ЖЕЛ)?**

- а) динамометр  
в) спирометр
- б) тонометр  
г) гениометр

**19. Под влиянием каких физических упражнений происходит наибольшее влияние на дыхательную систему человека?**

- а) равномерный бег, плавание  
в) упражнения на расслабление и растяжку
- б) упражнения с отягощением  
г) утренняя гигиеническая гимнастика

**20. Высокая температура и высокая влажность воздуха, чрезмерная физическая нагрузка, недостаток воды для питья могут привести к ...**

- а) тепловому удару  
в) переохлаждению
- б) солнечному удару  
г) ушибу

**21. Установите соответствие между нормативами (тестами) ВФСК «ГТО» и проверяемыми физическими качествами и двигательными способностями.**

1	Бег на 60 м	1	Гибкость
2	Челночный бег 3x10 м	2	Сила
3	Бег на лыжах 3, 5 км	3	Координационные способности
4	Подтягивание из виса на высокой и низкой перекладине	4	Скоростно-силовые способности
5	Стрельба из пневматического и электронного оружия,	5	Выносливость
6	Прыжок в длину с разбега	6	Быстрота
7	Кросс по пересечённой местности 3, 5 км	7	Прикладные навыки
8	Самозащита без оружия		
9	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		
10	Туристский поход с проверкой туристских навыков		

<i>Предмет</i>	<i>Класс</i>	<i>Дата</i>	<i>Время начала</i>	<i>Время окончания</i>
<i>Физическая культура</i>	<i>7-8</i>	<i>18.11.2022</i>	<i>11.00</i>	<i>11.45</i>

22. Установите соответствие между фамилиями спортсменов Новосибирской области и видом спорта, в котором они выступали.

<b>Фамилия имя спортсмена</b>		<b>Вид спорта</b>	
1	София Позднякова	1	Фехтование
2	Александр Карелин	2	Лёгкая атлетика
3	Владимир Тарасенко	3	Баскетбол
4	Александр Тихонов	4	Греко-римская борьба
5	Ирина Минх	5	Хоккей с шайбой
6	Андрей Перлов	6	Биатлон

23. Кто из российских спортсменов завоевал первую золотую олимпийскую медаль на Играх Олимпиады в Токио – 2020?

24. Японская борьба вольного стиля и система самообороны. Состоит из бросков с подножками, болевых захватов, удерживаний и ударов руками и ногами. Переводится как "мягкий путь" или "гибкий путь".

25. Водный вид спорта, суть которого заключается в выполнении акробатических элементов в прыжке с вышки или трамплина в воду.

26. Технический приём активной защиты в волейболе. Выполняется игроками передней линии, которые в прыжке преграждают путь мячу руками в момент нападающего удара соперника.

27. Две параллельные деревянные или пластиковые жерди овальной формы.

**ПОЗДРАВЛЯЕМ!!! ВЫ СПРАВИЛИСЬ С ЗАДАНИЕМ!!**

**Муниципальный этап всероссийской олимпиады школьников  
по физической культуре 2022 – 2023 учебный год  
Теоретико - методическое задание 7 – 8 класс**

**КЛЮЧ ОТВЕТОВ**

<b>№ вопроса</b>	<b>Варианты ответов</b>			
<b>1</b>	<b>А</b>	<b>Б</b>	<b>В</b>	<b>Г</b>
<b>2</b>	<b>А</b>	<b>Б</b>	<b>В</b>	<b>Г</b>
<b>3</b>	<b>А</b>	<b>Б</b>	<b>В</b>	<b>Г</b>
<b>4</b>	<b>А</b>	<b>Б</b>	<b>В</b>	<b>Г</b>
<b>5</b>	<b>А</b>	<b>Б</b>	<b>В</b>	<b>Г</b>
<b>6</b>	<b>А</b>	<b>Б</b>	<b>В</b>	<b>Г</b>
<b>7</b>	<b>А</b>	<b>Б</b>	<b>В</b>	<b>Г</b>
<b>8</b>	<b>А</b>	<b>Б</b>	<b>В</b>	<b>Г</b>
<b>9</b>	<b>А</b>	<b>Б</b>	<b>В</b>	<b>Г</b>
<b>10</b>	<b>А</b>	<b>Б</b>	<b>В</b>	<b>Г</b>
<b>11</b>	<b>А</b>	<b>Б</b>	<b>В</b>	<b>Г</b>
<b>12</b>	<b>А</b>	<b>Б</b>	<b>В</b>	<b>Г</b>
<b>13</b>	<b>А</b>	<b>Б</b>	<b>В</b>	<b>Г</b>
<b>14</b>	<b>А</b>	<b>Б</b>	<b>В</b>	<b>Г</b>
<b>15</b>	<b>А</b>	<b>Б</b>	<b>В</b>	<b>Г</b>
<b>16</b>	<b>А</b>	<b>Б</b>	<b>В</b>	<b>Г</b>
<b>17</b>	<b>А</b>	<b>Б</b>	<b>В</b>	<b>Г</b>
<b>18</b>	<b>А</b>	<b>Б</b>	<b>В</b>	<b>Г</b>
<b>19</b>	<b>А</b>	<b>Б</b>	<b>В</b>	<b>Г</b>
<b>20</b>	<b>А</b>	<b>Б</b>	<b>В</b>	<b>Г</b>

**21.** 1-6, 2-3, 3-7, 4-2, 5-7, 6-4, 7-7, 8-7, 9-4, 10-7

**22.** 1-1, 2-4, 3-5, 4-6, 5-3, 6-2

**23.** Виталина Бацарашкина

**24.** Дзюдо

**25.** Прыжки в воду

**26.** Блок

**27.** Брусья

## Критерии оценивания

Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ!

1 - 20 вопрос - правильный ответ оценивается в 1 балл.

Максимальное количество баллов по этим вопросам составляет 20 баллов.

21 – 22 вопрос - каждое правильное соответствие оценивается в 0,5 балла.

Максимальное количество баллов по этим вопросам составляет 8 баллов.

23 - 27 вопрос – каждое верное утверждение 2 балла.

Максимальное количество баллов по этим вопросам составляет 10 баллов.

## Максимально возможный балл по всем вопросам – 38

Зачетные баллы по теоретико-методическому заданию рассчитываются по формуле

$$X_i = \frac{K * N_i}{M}$$

где:

$X_i$  – «зачетный» балл  $i$ -го участника;

$K$  – максимально возможный «зачетный» балл в задании (по регламенту);

$N_i$  – результат  $i$  участника в выполненном задании;

$M$  – максимально возможный результат в теоретическом задании.

*Пример: Участник набрал 25 баллов. Максимально возможный результат в теоретическом испытании составляет 38 баллов.*

*Расчёт: 20 ( $K$  - «зачётный» балл теоретического тура)  $X$  25 (результат участника) / 38 (максимально возможный результат в теоретическом задании).*

*20 x 25 / 38 = 13,16 (результат участника в теоретическом туре).*

**Критерии и методика оценивания практических испытаний  
муниципального этапа всероссийской олимпиады школьников  
в 2022-2023 учебном году**

**ГИМНАСТИКА**

Испытания девушек и юношей проводятся в виде выполнения акробатического упражнения, которое имеет обязательный характер.

В случае изменения установленной последовательности элементов упражнение не оценивается, и участник получает 0,0 баллов.

Если участник не сумел выполнить какой-либо элемент, оценка снижается на указанную в программе его стоимость.

Упражнение должно иметь четко выраженное начало и окончание, выполняться со сменой направления, динамично, слитно, без неоправданных пауз. Фиксация статических элементов («держать») 2 секунды.

Общая стоимость всех выполненных элементов составляет максимально возможную оценку за трудность упражнения, равную 10,0 баллам.

Продолжительность выполнения упражнения девушками и юношами не должна превышать 1 минуту 10 секунд.

**1. Форма участников**

1.1. Девушки могут быть одеты в спортивные купальники, комбинезоны или футболки с «лосинами». Раздельные купальники запрещены.

1.2. Юноши могут быть одеты в гимнастические майки, трико или спортивные шорты, не закрывающие колен.

1.3. Упражнение может выполняться в носках, гимнастических тапочках («чешках») или босиком.

1.4. Ювелирные украшения и часы не допускаются.

1.5. Нарушение требований к спортивной форме наказывается сбавкой **0,5** балла с итоговой оценки участника.

**2. Порядок выступлений**

2.1. Участники выполняют акробатическое упражнение в порядке, определяемым стартовым протоколом.

2.2. Для выполнения упражнения участникам предоставляется только одна попытка.

2.3. Прежде чем участник начнёт своё выступление, должен быть чётко объявлен его номер, полученный при регистрации/жеребьевке. После вызова у участника есть **20** секунд, чтобы начать выполнение упражнения. Упражнение, выполненное без вызова, не оценивается.

2.4. Если акробатическое упражнение выполняется более **1 минуты 10 секунд**, оно прекращается и оценивается только его выполненная часть. За **10 секунд** до окончания указанного времени, подаётся предупреждающий сигнал.

2.5. Если участник при выполнении упражнения допустил неоправданную, явно выраженную паузу более **7 секунд**, упражнение

прекращается и оценивается только его выполненная часть.

2.6. Упражнение должно иметь чётко выраженное начало и окончание. При нарушении данного требования производится сбавка **0,5** балла.

2.7. Оценка действий участника начинается с момента принятия исходного положения на акробатической дорожке и заканчивается фиксацией основной стойки после окончания упражнения. Сигналом готовности участника к началу выступления служит поднятая вверх рука.

2.8. Все участники, готовящиеся к выполнению упражнения, должны находиться в специально отведенном для них месте. Их поведение не должно мешать другим участникам.

2.9. За нарушение п.2.8. участник может быть наказан снижением оценки на **0,5** балла, а в случае повторного нарушения – отстранён от участия в испытаниях.

### **3. Повторное выступление**

3.1. Выступление участника не может быть начато повторно, за исключением случаев, вызванных непредвиденными обстоятельствами, к которым относятся: поломка гимнастического оборудования, произошедшая в процессе выступления; неполадки в работе общего оборудования: освещения, задымление помещения, появление посторонних предметов, создающих опасную ситуацию.

3.2. При возникновении указанных выше ситуаций, участник должен немедленно прекратить выступление. Если выступление завершено, оно будет оценено.

3.3. Если участник получил разрешение на повторное выполнение упражнения, то он должен выполнить своё упражнение сначала.

3.4. Если выступление прервано по вине участника, повторное выполнение упражнения не разрешается.

3.5. Судейское жюри.

Вычитаются сбавки за допущенные участником нарушения общего порядка выполнения упражнения.

3.6. Окончательная оценка максимально может быть равна **20,00** баллам.

### **4. Сбавки за нарушения техники исполнения отдельных элементов**

	<i><b>Основные ошибки исполнения</b></i>	<i><b>Сбавки</b></i>
1.	Сильное, до неузнаваемости, искажение обязательного элемента	- стоимость элемента или соединения
2.	Недостаточная высота полётной фазы прыжков, искажение рабочей осанки	-до <b>0,5</b> балла
3.	Отсутствие слитности, неоправданные задержки и паузы между элементами	-до <b>0,3</b> балла
4.	Выход за пределы акробатической дорожки	<b>-1,0</b> балл
5.	Недостаточная фиксация статических элементов: «держать» - менее 2 секунд; «обозначить» – менее 1 секунды	- стоимость элемента или соединения

6.	Ошибки приземления при завершении элемента или упражнения в целом: - переступание и незначительное смещение шагом	-0,1 балла
	- широкий шаг или прыжок	-0,3 балла
	- касание пола одной рукой	-0,5 балла
	- опора о пол двумя руками, падение	-1,0 балл
7.	Отсутствие чёткого выраженного начала или окончания упражнения	-0,5 балла

### 5. Специальные сбавки арбитра за нарушение требований к общему порядку выполнения упражнений.

В случае нарушения участником общего порядка выполнения упражнения, председатель судейского жюри имеет право сделать специальные сбавки, которые вычитаются из окончательной оценки.

1.	Повторное выполнение упражнения после неудачного начала	-0,5 балла
2.	Неоправданная пауза более 7 секунд при выполнении упражнения	- Упражнение прекращается и оценивается его выполненная часть.
3.	Оказание помощи, поддержка при выполнении элементов	-1,0 балл
4.	Задержка начала упражнения более 20 сек	-0,5 балла
5.	Задержка начала упражнения более 30 сек	- Упражнение не оценивается
6.	Продолжительность выполнения акробатического упражнения более установленного времени	- Упражнение прекращается и оценивается только его выполненная часть
7.	Нарушение требований к спортивной форме	-0,5 балла
8.	Нарушение участником правил поведения во время проведения испытаний	- После первого предупреждения - сбавка 0,5 балла с окончательной оценки

Для определения «зачетных» баллов каждого участника в испытании по гимнастике, необходимо использовать формулу (3):

$$X_i = \frac{K * N_i}{M_i} \quad (3)$$

, где

$X_i$  – «зачетный» балл  $i$ -го участника;

$K$  – максимально возможный «зачетный» балл (40);

$N_i$  – результат  $i$  участника в конкретном задании;  $M_i$  – лучший результат в испытании.

## **Максимальное количество зачетных баллов в испытании «Гимнастика» - 40;**

Например,

При  $N_i=13,7$  баллов (личный результат участника),  $M_i=18,05^*$  баллов (наилучший результат из показанных в испытании) и  $K=40$  (установлен предметной комиссией) получаем:  $40 \cdot 13,7 / 18,05 = 30,36$  зачетных баллов.

*\*Участник, показавший наилучший результат за акробатическое упражнение, получает максимальное количество зачетных баллов в практическом испытании «Гимнастика» - 40.*

## **СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ**

Конкурсное испытание «Спортивные игры» проводится в виде выполнения комбинации из набора технических элементов баскетбола и футбола отдельно среди девушек и юношей.

### **1. Спортивная форма**

2.1. Участники должны быть одеты в спортивную форму и кроссовки.

2.2. Во время испытания использование ювелирных украшений не допускается.

2.3. При нарушении требований к спортивной форме участник может быть не допущен к испытаниям.

### **2. Порядок выступления**

3.1. Для проведения испытаний организаторы олимпиады распределяют участников по группам (как правило, по 6 человек).

3.2. В спортивный зал для выступлений участники приглашаются распределенными группами. Остальные участники должны находиться в специально отведенном для них месте. Их поведение не должно мешать другим участникам.

Перед началом выступлений каждой группе участников предоставляется разминка из расчета не более 3 минут.

3.3. Перед началом испытаний участник должен назвать свой стартовый номер, полученный при регистрации/жеребьевке.

3.4. После вызова у участника есть 20 с, чтобы начать выполнение упражнения.

3.5. Оценка действий участника начинается с момента принятия исходного положения. Сигналом готовности участника к началу выступления служит поднятая им вверх рука. После этого дается сигнал к началу выполнения испытания.

3.6. Остальные участники группы должны находиться в специально

отведенном для них месте спортивного зала. Их поведение не должно мешать выступающему участнику.

3.7. За нарушения дисциплины или не спортивное поведение судейское жюри имеет право отстранить участника от участия в испытании.

### **3. Повторное выступление**

4.1. Выступление участника не может быть начато повторно за исключением случаев, вызванных непредвиденными обстоятельствами, к которым относятся: поломка оборудования, произошедшая в процессе выступления; неполадки в работе общего оборудования: освещение, задымление помещения и т.п.

4.2. Если участник получил разрешение на повторное выполнение упражнения, то он должен выполнить своё упражнение сначала.

4.3. Если выступление прервано по вине участника, повторное выполнение упражнения не разрешается.

### **4. Оценка испытаний**

Общая оценка испытания складывается из общего времени выполнения упражнения и штрафного времени.

Штрафное время:

#### ***баскетбол:***

- непопадание в кольцо мячом (№1; №2; №3; №4; №5) + 3 сек;
- невыполнение броска в кольцо мячом (№1; №2; №3; №4; №5) + 5 сек;
- выполнение броска со средней дистанции за пределами зоны броска +3 сек;
- выполнение броска в кольцо мячом (№4; №5) не указанным способом (двухшажная техника) + 3 сек;
- обводка стойки не с той стороны + 3сек;
- выполнение ведения не той рукой (оговаривается правилами выполнения испытания) + 3 сек;
- сбивание стойки + 3 сек;
- пропуск обводки одной из стоек + 5сек;
- нарушение правил в технике ведения мяча (пробежка, пронос мяча, двойное ведение и т.д.) + 1сек. за каждое нарушение.

#### ***футбол:***

- непопадание мячом (№1; №2; № 3; №4) в ворота+3 сек;
- невыполнение удара мячом (№1; №2; №3; №4) по воротам + 5 сек;
- обводка стойки не с той стороны + 3сек;
- сбивание стойки + 3 сек;
- пропуск обводки одной из стоек+5сек.;
- выполнение удара мячом (№1; №2; №3; №4) за пределами зоны удара +3 сек;
- выполнение удара мячом (№1; №2) поворотом не указанным способом + 3сек.

Запуск секундомера осуществляется после команды «Марш!». Остановка секундомера осуществляется в момент пересечения мячом линии ворот, лицевой линии игровой площадки, совмещенной с линией ворот или боковой линии баскетбольной площадки, проведенной до линии ворот или в момент касания футбольного мяча, штанги или перекладины ворот.

При выполнении испытаний участником, остальные участники группы должны находиться в специально отведенном для них месте в зале. Их поведение не должно мешать другим участникам. За нарушение этого требования главный судья имеет право оштрафовать участника (+10 сек. к общему времени).

Время, затраченное участником на выполнение конкурсного испытания, определяется с точностью до 0,01 сек.

**Зачетные баллы по спортивным играм рассчитываются по формуле (2):**

$$X_i = \frac{K * M}{N_i} \quad (2)$$

, где

$X_i$  – «зачетный» балл  $i$ -го участника;

$K$  – максимально возможный «зачетный» балл в конкретном задании (40 в каждом);

$N_i$  – результат  $i$  участника в конкретном задании;

$M$  – максимально возможный или лучший результат в конкретном задании.

Например,

При  $N_i = 57,3$  сек (личный результат участника),

$M = 42,7$  сек (наилучший результат из показанных в испытании)

$K = 40$

получаем:  $40 * 42,7 / 57,3 = 29,81$  балла.

Для определения лучших участников в каждом конкурсном испытании результаты ранжируются.

Если участник не явился без уважительной причины на два и более конкурсных испытания, он НЕ может в итоговом протоколе иметь статус «участника» олимпиады.

Окончательные результаты всех участников (отдельно девушек и юношей по возрастным параллелям) фиксируются в итоговой таблице, представляющей собой ранжированный список участников, расположенных по мере убывания набранных ими баллов. Участники с одинаковыми баллами располагаются в алфавитном порядке. Личное место участника в общем зачете олимпиады определяется по сумме «зачетных» баллов, полученных в результате выполнения всех испытаний.