

**МЕЖРЕГИОНАЛЬНАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ «ЮНИОР»**  
**ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**  
**ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП**  
**2024-2025 учебный год**  
**7 КЛАСС**

**ОТВЕТЫ**

**Максимальное количество баллов – 20 баллов**

1.	Физкультурный комплекс ГТО				
2.	А	Б	В	Г	Д
	34	17	68	2	59
3.	В США в 1895г.				
4.	В 1891г. Дж. Нойсмитом				
5.	А	Б	В	Г	
	2	4	3	1	
6.	1) От простого к сложному				
	2) От освоенного к неосвоенному				
7.	Психические свойства человека, которые выражаются в умении подчинять свое поведение общепринятым нормам				
8.	Активный отдых, который поможет набраться сил и энергии				
9.	Сознательно регулировать и управлять своими эмоциями и поведением				
10.	А		Б		
	1		2		
11.	Подводящие упражнения		Подготовительные упражнения		
	Сидя на пятках, поставить руки вперёд, разведя их на ширину плеч, и опереться верхней частью лба о мат, образовав точками опоры кистей и головы равносторонний треугольник. Запомнить это положение. Предварительно выполнить упражнения для разминки мышц спины и шеи: наклоны, повороты, круговые движения		1) Из седа на пятках с наклоном вперёд, поставить руки перед собой, опереться о пол головой и, выпрямляя ноги, придать туловищу вертикальное положение		
	Выпрямить ноги, а затем, переставляя их вперёд, поднять таз строго вертикально, зафиксировав положение упора стоя согнувшись с опорой головой и руками		2) Разгибаясь силой, без рывков поднять прямые ноги вверх, зафиксировав выпрямленное положение тела.		
	Силой согнуть ноги, прижав колени к груди, удерживая стойку на голове и руках с согнутыми ногами. Помогать сбоку под плечо и голень		3) И. п. — стойка на коленях «парусом». Сделать перекат на грудь, упереться руками в пол и в темп перевороту отжаться от пола в стойку на руках, затем, прогибаясь, принять положение «мост»		
12.	Уровень владения техникой двигательного действия, когда внимание сосредоточенно только на условиях и результате действий				
13.	24				

<b>14.</b>	Международная любительская легкоатлетическая федерация
<b>15.</b>	Международная федерация гимнастики
<b>16.</b>	Спринтерский бег
<b>17.</b>	Бросок мяча в корзину двумя руками в прыжке
<b>18.</b>	1-Неправильная игра руками. 2-Блокировка. 3-Широко расставленные локти. 4-Задержка.
<b>19.</b>	1-Двойное касание. 2-Касание сетки игроком. 3-Игра поверх сетки.
<b>20.</b>	1-Удар мяча с боковой линии. 2-Угловой удар. 3-Бросок от ворот.