

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 <i>34</i>	Б <i>17</i>	В <i>68</i>	Г <i>2</i>	Д <i>59</i>				
3.	В США в 1895г.								
4.	В 1891г. Дж. Нойсмитом								
5.	А <i>2</i>	Б <i>4</i>	В <i>3</i>	Г <i>1</i>					
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 <i>1</i>	Б <i>2</i>							
	Подводящие упражнения	Подготовительные упражнения							
11.	<i>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</i>	<i>1) Из седа на пятках с наклоном вперёд, поставить руки перед собой, опереться о пол головой и, выпрямляя ноги, придать туловищу вертикальное положение</i>							
	<i>Выпрямить ноги, а затем, переставляя их вперёд, поднять таз строго вертикально, зафиксировав положение упора стоя согнувшись с опорой головой и руками</i>	<i>2) Разгибаясь силой, без рывков поднять прямые ноги вверх, зафиксировав выпрямленное положение тела.</i>							
	<i>Силой согнуть ноги, прижав колени к груди, удерживая стойку на голове и руках с согнутыми ногами. Помогать сбоку под плечо и голень</i>	<i>3) И. п. — стойка на коленях «парусом». Сделать перекат на грудь, опереться руками в пол и в темп перевороту отжаться от пола в стойку на руках, затем, прогибаясь, принять положение «мост»</i>							
12.	Уровень владения техникой двигательного действия, когда внимание сосредоточено только на условиях и результате действий								
13.	24								

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