

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ  
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА. 2025–2026 уч. г.  
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП. 7–8 классы

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР

**Максимальное количество баллов за работу – 26.**

**1. Какое физическое упражнение преимущественно используют при воспитании ловкости?**

а) бег на короткие дистанции

б) подтягивания

**в) челночный бег (3 × 10 м)**

г) прыжок в длину

**2. Первым олимпийским чемпионом современности был**

**а) Джеймс Коннолли**

б) Пьер де Кубертен

в) Спирос Луис

г) Томас Бах

**3. Какое гимнастическое упражнение является статическим?**

а) кувырок вперёд

б) перекат

в) переворот в сторону

**г) стойка на лопатках**

**4. Какая игра является подводящей к волейболу?**

а) софтбол

**б) пионербол**

в) флорбол

г) пейнтбол

**5. В какой последовательности выполняются действия в подготовительной части урока физической культуры?**

а) построение, приветствие, комплекс общеразвивающих упражнений, строевые упражнения

б) приветствие, построение, комплекс общеразвивающих упражнений, строевые упражнения

**в) построение, приветствие, строевые упражнения, комплекс общеразвивающих упражнений**

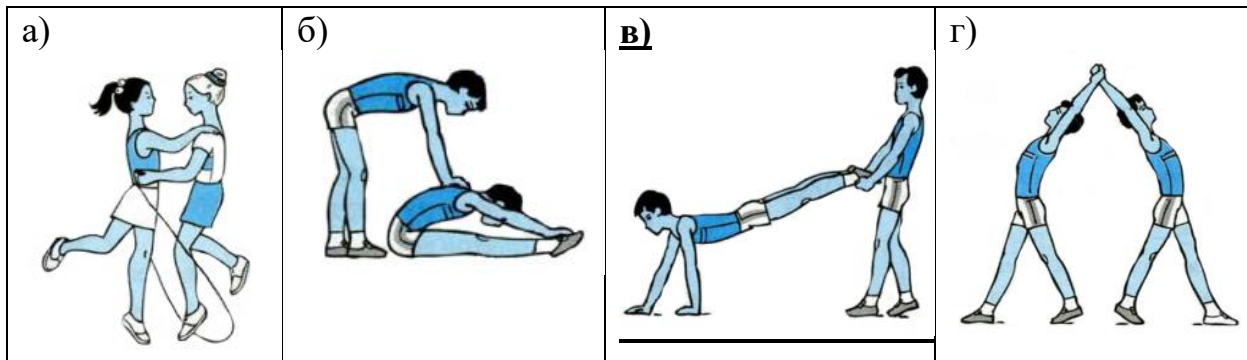
г) приветствие, построение, строевые упражнения, комплекс общеразвивающих упражнений

**6. Что представлено на рисунке?**

- а) гриф
- б) штанга**
- в) гиря
- г) гантель



**7. Какое физическое упражнение способствует развитию силы?**



**8. В каком году прошли последние Игры Олимпиады?**

- а) в 2018 г.
- б) в 2020 г.
- в) в 2021 г.
- г) в 2024 г.**

**9. В каком виде спорта используют клюшку?**

- а) теннис
- б) бейсбол
- в) кёрлинг
- г) хоккей**

**10. На какое физическое качество производится воздействие при выполнении упражнения «бег на 60 м»?**

- а) ловкость
- б) сила
- в) быстрота**
- г) выносливость

**11. Как называли победителей Олимпийских игр античности?**

- а) олимпийский чемпион
- б) олимпиец
- в) периодоник
- г) олимпионик**

**12. Где зародились Олимпийские игры?**

- а) в Древнем Китае
- б) в Древней Индии
- в) в Древней Греции**
- г) в Древнем Египте

**13. Представителем какого вида спорта является олимпийский чемпион Никита Нагорный?**

- а) спортивная гимнастика**
- б) фигурное катание
- в) лыжные гонки
- г) биатлон

**14. При каком условии при сдаче испытания комплекса ГТО «бег на 60 м» результат не будет засчитан?**

- а) бег выполняется с низкого старта
- б) участник во время бега остаётся на своей дорожке
- в) старт участника раньше команды стартера «Марш!» или выстрела**
- г) бег выполняется с высокого старта

**15. Закаливающие процедуры рекомендуется начинать с закаливания**

- а) водой
- б) солнцем
- в) воздухом**
- г) холодом

**16. Первой помощью при ушибах мягких тканей являются**

- а) тепло на место ушиба, покой ушибленной части тела, наложение транспортной шины, обильное тёплое питье
- б) тепло на место ушиба, давящая повязка на область кровоизлияния, покой ушибленной части тела, искусственное дыхание
- в) холод на место ушиба, давящая повязка на область кровоизлияния, покой ушибленной части тела, конечности придают возвышенное положение**
- г) тепло на место ушиба, давящая повязка на область кровоизлияния, покой ушибленной части тела, конечности придают возвышенное положение

**17. Что является итогом успешного выполнения испытаний комплекса ГТО на каждой ступени?**

- а) нагрудный знак
- б) знак отличия**
- в) медаль
- г) грамота

**18. Трёхкратный чемпион XXIV Олимпийских зимних игр в лыжных гонках (Пекин, 2022 г.).**

- а) Евгений Рылов
- б) Никита Нагорный
- в) Никита Кацалапов
- г) **Александр Большунов**

**19. Какова величина частоты сердечных сокращений в минуту у занимающегося физической культурой, если за 30 секунд было зарегистрировано 42 удара?**

**Ответ: 84**

**20. Что представлено на рисунке?**



**Ответ: волан.**

**21. Выберите из представленных вариантов четыре фазы прыжка в высоту. Перечислите их в правильной последовательности.**

внимание  
замах  
марш  
на старт  
отталкивание  
подготовка  
полёт  
приземление  
присед  
прыжок  
разбег  
размах  
раскачка  
стойка

**Ответ: разбег, отталкивание, полёт, приземление.**

**22. Решите ребус.**



**Ответ: биатлон.**

**Критерии оценивания заданий**

**Задания №№ 1–18.** Каждый правильный ответ оценивается в **1 балл**, неправильный – **0 баллов**.

**Задания №№ 19–20.** Каждый правильный ответ оценивается в **2 балла**, неправильный – **0 баллов**.

**Задание № 21.** Правильно выполненное задание оценивается в **2 балла**, неправильно – **0 баллов**. Промежуточных баллов не предусмотрено.

**Задание № 22.** Верный ответ оценивается в **2 балла**, неверный – **0 баллов**.

**Максимальное количество баллов за работу – 26.**