

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

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР

Максимальное количество баллов за работу – 25.

1. Физическая культура представляет собой

- учебный предмет в школе
- выполнение упражнений
- процесс совершенствования возможностей человека
- **часть человеческой культуры**

2. Сила – это способность

- противодействовать растяжению
- **преодолевать сопротивление**
- длительно выполнять работу
- противостоять утомлению

3. Школьный этап Всероссийской Олимпиады школьников по предмету «Физическая культура» представлен заданиями

- по теории и гимнастике
- по гимнастике и лёгкой атлетике
- **по теории и двум практическим видам**
- по теории и трём практическим видам

4. На тренировке спортсмен выполнил приседания со штангой. В каком подходе была самая большая нагрузка?

- **1-й подход: 20 повторений с весом 20 кг**
- 2-й подход: 15 повторений с весом 20 кг
- 3-й подход: 10 повторений с весом 20 кг
- 4-й подход: 8 повторений с весом 20 кг

5. Какое положение должны принять занимающиеся по команде «Смирно!»?

- исходное положение
- **основную стойку**
- стойку ноги врозь
- стоя руки на пояс

6. Какое из перечисленных упражнений в большей степени направлено на мышцы нижних конечностей?

- **приседание со штангой**
- отжимание
- подтягивание
- поднимание ног в висе

7. Какой метод физического воспитания рекомендуют использовать для повышения интереса и эмоциональности занятий?

- **игровой**
- круговой
- соревновательный
- интервальный

8. Назовите упражнение, не относящееся к лёгкой атлетике.

- прыжок в длину
- **лазание**
- кросс
- метание

9. В каком игровом виде спорта в одной команде находится 5 человек?

- волейбол
- **баскетбол**
- теннис
- футбол

10. Что из перечисленного не относится к водным видам спорта?

- **скелетон**
- гребля
- сёрфинг
- дайвинг

11. В каком году Олимпийские зимние Игры прошли в Сочи?

- 1908 г.
- 1991 г.
- **2014 г.**
- 2025 г.

12. Какое звание присваивают в спорте?

- профессионал спорта
- специалист спорта
- отличник спорта
- **мастер спорта**

13. Как называется исходное положение в упражнении «подтягивание на высокой перекладине»?

- **вис**
- основная стойка
- завис
- упор на руках

14. Что из перечисленного не является спортивным способом плавания?

- кроль на груди
- брасс
- баттерфляй
- по-лягушачьи

**15. Какие города нашей страны были столицами Олимпийских игр?
Отметьте все позиции.**

- Минск
- Москва
- Сочи
- Ленинград

16. Что за инвентарь для водных видов спорта представлен на рисунке?



Ответ: весло.

17. Препятствие в лёгкой атлетике.



Ответ: барьер.

18. В каком виде спорта используется данный инвентарь?



Ответ: бадминтон.

19. Отгадайте загадку. В ответе напишите название игры.

В эту игру играют без спешки.

В ней есть король, королева и пешки.

Победу одержит в игре этой тот,

Кто просчитает вперёд каждый ход.

Ответ: шахматы.

20. Решите ребус.



Ответ: штанга.

Критерии оценивания заданий

Задания №№ 1–15. Каждый правильный ответ оценивается в **1 балл**, неправильный – **0 баллов**.

Задания №№ 16–20. Каждый правильный ответ оценивается в **2 балла**, неправильный – **0 баллов**.

Максимальное количество баллов за работу – 25.