

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

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР

Максимальное количество баллов за работу – 32.

1. Что из перечисленного не относится к физическим качествам человека?

- а) гибкость
- б) ловкость
- в) быстрота
- г) скорость

2. Каким образом по преданию было определено расстояние в один стадий на Олимпийских играх древности?

- а) расстояние в 60 прыжков, преодоленное Гераклом
- б) расстояние, пройденное Гераклом в ходьбе за 600 шагов
- в) расстояние, равное длине 600 стоп Геракла
- г) расстояние, преодоленное Гераклом за 100 беговых шагов

3. В какой стране состоятся ближайшие Олимпийские зимние игры?

- а) Австрия
- б) США
- в) Канада
- г) Италия

4. Укажите год проведения первых античных олимпийских игр.

- а) 776 г. до н.э.
- б) 776 г. н.э.
- в) 896 г. до н.э.
- г) 1896 г. н.э.

5. Какой снаряд используется на соревнованиях по спортивной гимнастике?

- а) булавы
- б) мяч
- в) обруч
- г) конь

6. Лапта – это ...

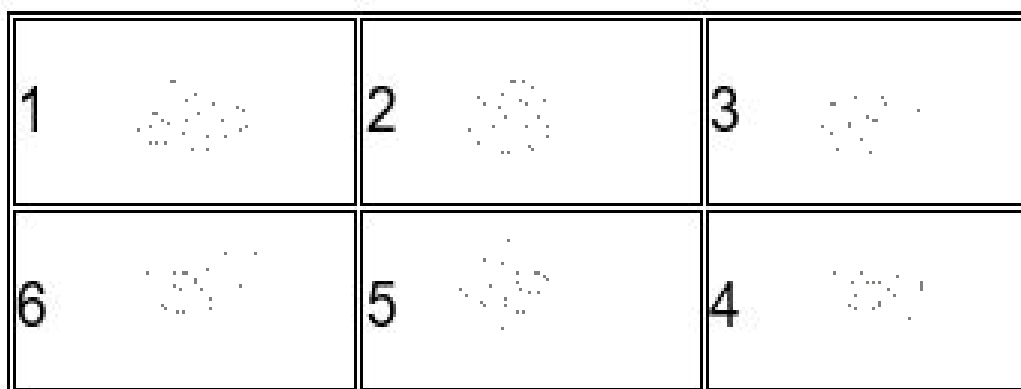
- а) один из шести сетчатых мешочков у борта бильярдного стола
- б) углубление на поле для гольфа, в которое загоняется мяч
- в) русская народная игра с мячом и битой
- г) молочная кислота или её соль

7. Какой вид спорта изображён на рисунке?

- а) спортивная гимнастика
- б) спортивная акробатика
- в) спортивная аэробика
- г) художественная гимнастика



8. Что изображено на рисунке?



- а) теппинг-тест, который позволяет оценить силу нервной системы
- б) степ-тест, который оценивает функциональное состояние сердечно-сосудистой системы
- в) проба Генчи
- г) проба Штанге

9. Что составляет основу физической культуры?

- а) двигательная деятельность, базирующаяся на совокупности ценностей, созданных и функционирующих в обществе в качестве специфических факторов физического совершенствования человека
- б) обязательные уроки по учебному предмету школьной программы «физическая культура»
- в) общая физическая подготовка человека на протяжении жизни
- г) использование естественных сил природы как дополнительных средств воздействия на физическое состояние человека

10. В каком виде спорта Николай Панин-Коломенкин является олимпийским чемпионом?

- а) стрельба из пистолета
- б) фигурное катание на коньках
- в) борьба
- г) фехтование

11. Какие комплексные международные соревнования имеют статус самых масштабных (крупных) международных соревнований?

- а) Чемпионат мира по футболу
- б) Олимпийские игры
- в) Всемирная универсиада
- г) Игры доброй воли

12. Выносливость – это способность ...

- а) противодействовать сопротивлению
- б) преодолевать сопротивление
- в) длительно выполнять работу
- г) противостоять утомлению

13. Что изображено на рисунке?



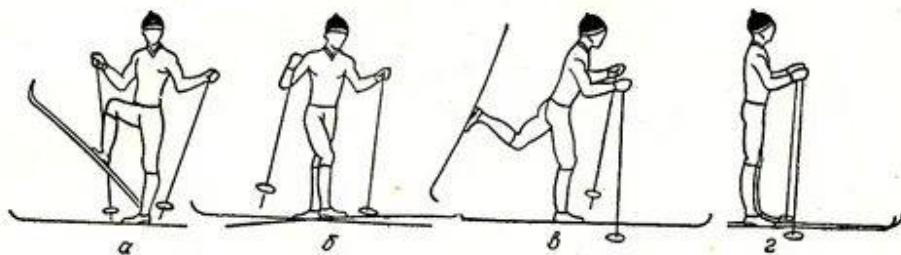
- а) технический элемент синхронного плавания
- б) транспортировка пострадавшего
- в) освобождение от захвата
- г) один из способов спортивного плавания

14. Как увеличить объём физической нагрузки при выполнении упражнения «приседания»?

- а) увеличить «глубину» приседа, амплитуду
- б) добавить внешнее отягощение
- в) увеличить количество повторений
- г) выполнять то же количество повторений за меньший промежуток времени

15. Какой из способов поворота на лыжах представлен на рисунке?

- а) переступанием
- б) махом
- в) прыжком
- г) плугом



16. В каком игровом виде спорта на площадке одновременно в одной команде находится 6 человек?

- а) волейбол
- б) баскетбол
- в) гандбол
- г) футбол

17. Какие упражнения применяют для формирования правильной осанки?

- а) силовые упражнения для мышц верхних конечностей
- б) силовые упражнения для мышц брюшного пресса и спины
- в) упражнения для растягивания мышц нижних конечностей
- г) скоростно-силовые упражнения для мышц нижних конечностей

18. Какой процесс направлен на обучение двигательным действиям и получение физкультурно-спортивных знаний?

- а) физического развития
- б) физического образования
- в) физического воспитания
- г) спортивной подготовки

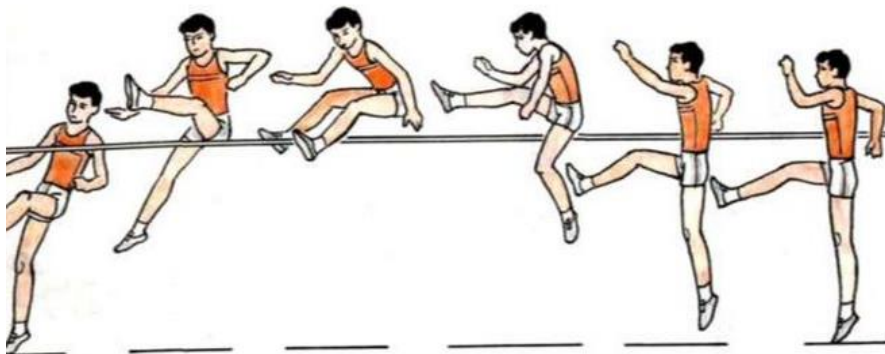
19. Четырёхкратный олимпийский чемпион в плавании.

- а) Александр Овечкин
- б) Александр Попов
- в) Александр Карелин
- г) Александр Поветкин

20. Что называют техникой физического упражнения?

- а) способность выполнять двигательное действие с обязательным контролем сознания
- б) результат, показанный в соревнованиях по виду спорта
- в) эффективный способ выполнения двигательного действия
- г) способность выполнять двигательное действие автоматизированно

21. Назовите способ прыжка в высоту с разбега. *Ответ запишите одним словом в единственном числе, именительном падеже.*



Ответ: _____.

22. В каком году пройдут XXXVII Олимпийские игры, если последние Игры, прошедшие в 2024 году, были 33-ими по счёту?

Ответ: _____.

23. Как называется исходное положение в упражнении «отжимание от пола»?

Ответ: _____.

24. Установите соответствие между физическими качествами и видами спорта, в которых они преимущественно проявляются.

1) быстрота	А) лыжные гонки
2) гибкость	Б) плавание, спринт
3) сила	В) тяжёлая атлетика
4) выносливость	Г) художественная гимнастика

Ответ

1	2	3	4

25. Расположите в верной последовательности действия в разминке на уроке по физической культуре.

упражнения для мышц ног	
упражнения для мышц шеи	
упражнения для мышц туловища	
упражнения для мышц рук	