

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ЭТАПА РЕСПУБЛИКАНСКОЙ ОЛИМПИАДЫ  
ШКОЛЬНИКОВ 2025-2026 УЧ.Г. ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ  
КУЛЬТУРА» 7-8 КЛАССЫ**

**Задания в закрытой форме**

**1. Первым президентом Российского олимпийского комитета был**

- а) Петр Францевич Лесгафт
- б) Вячеслав Измайлович Срезневский
- в) Алексей Дмитриевич Бутовский
- г) Владимир Алексеевич Васин

**2. В каком году гимнастика вошла в программу Олимпийских игр?**

- а) в 1908 году
- б) в 1904 году
- в) в 1900 году
- г) в 1896 году

**3. Какой вид соревнований не входил в программу Олимпийских игр Древней Греции?**

- а) метание копья
- б) метание диска;
- в) прыжки в длину
- г) марафонский бег

**4. Какая команда подаётся учителем для построения обучающихся в шеренгу ...**

- а) «В одну шеренгу-СТРОЙСЯ!»
- б) «В одну шеренгу-СТАНОВИСЬ!»
- в) «В одну шеренгу-ПОСТРОЙСЯ!»
- г) «В одну шеренгу-ВСТАТЬ!»

**5. Действия обучающихся, связанные с уменьшением интервала и дистанции - это:**

- а) смыкание;
- б) перестроение;
- в) дробление;
- г) сведение.

**6. Упражнения с максимальной мощностью человек может выполнять не более:**

- а) 3-10 секунд;
- б) 20 секунд;
- в) 60 секунд;
- г) 1-3 минут

**7. Развитие организма человека называется ...**

- а) онтогенезом
- б) филогенезом
- в) социогенезом
- г) антропогенезом

**8. Одна партия в теннисном матче называется**

- а) сет;
- б) гейм;
- в) тайм;
- г) период

**9. Какие виды не включает в себя легкая атлетика?**

- а) спортивная ходьба;
- б) опорные прыжки;
- в) прыжки в длину с разбега;
- г) метание копья.

**10. К скоростно-силовым упражнениям относится:**

- а) челночный бег 3х10 м;
- б) сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу;
- в) подтягивание из виса на перекладине;
- г) прыжок в длину с места толчком двумя ногами.

**11. Назовите лыжный ход, в котором происходит синхронное движение руками и отсутствуют поступательные движения ногами.**

- а) одновременный бесшажный ход
- б) одновременный одношажный ход
- в) одновременный двухшажный ход
- г) попеременный бесшажный ход

**12. В каком году впервые появилось амплуа либера в волейболе?**

- а) в 1996 году
- б) в 1998 году
- в) в 2002 году
- г) в 2005 году

**13. Размер баскетбольной площадки составляет**

- а) 20 на 40 метров
- б) 15 на 28 метров
- в) 9 на 18 метров
- г) 8 на 16 метров.

**14. Какое качество или способность оценивается при выполнении теста «ловля падающей линейки»?**

- а) координация движений;
- б) скоростно-силовые способности;
- в) точность движений;
- г) быстрота двигательной реакции.

**15. Плоскостопие – это....**

- а) деформация стопы, характеризующаяся частичным или полным опущением продольного или поперечного сводов
- б) состояние свода стопы после перенесенной травмы (вывиха, перелома)
- в) изменение формы стопы вследствие нарушения обмена веществ

г) функциональное состояние стопы

**16. Показателем реакции сердечно - сосудистой системы на физическую нагрузку является:**

- а) уровень работоспособности;
- б) учащенное дыхание;
- в) частота пульса;
- г) покраснение или побледнение кожи

### **Задания в открытой форме**

**17.** Степень владения техникой двигательного действия, которая отмечается повышенной концентрацией внимания на составление операции и нестабильным способом решения двигательной задачи называется ...

**18.** Документ, в котором подробно отражены результаты соревнований называется - ...

**19.** В каком году Николай Панин-Коломенкин завоевал золотую олимпийскую медаль в фигураном катании?

**20.** Сколько раз в СССР и России проходили Олимпийские игры? (запишите цифрой)

**21.** Процедуры, повышающие сопротивляемость организма к неблагоприятным воздействиям окружающей среды, называются...

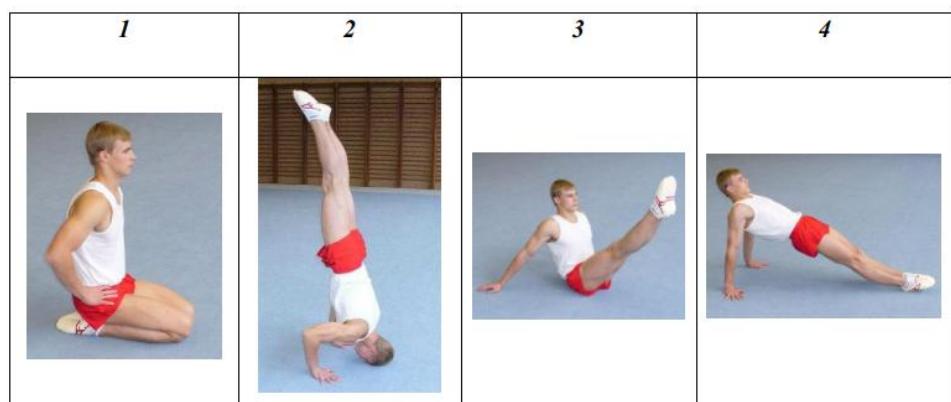
### **Задание на установление соответствия**

**22. Установите соответствие между названием художественного фильма и спортсменом, история которого взята за основу сюжета фильма:**

<b>Спортмен</b>		<b>Название фильма</b>	
1	Елена Вяльбе	А	«Чемпион мира»
2	Анатолий Карпов	Б	«Мистер нокаут»
3	Валерий Попенченко	В	«Легенда №17»
4	Валерий Харламов	Г	«Белый снег»

### **Задание с графическим изображением**

**23. Дайте название гимнастическим положениям, представленным на фото**



### **Задание на установление последовательности**

**24.** Запишите рекомендованную последовательность при обучении прямому нападающему удару:

- а. Бросок теннисного мяча в прыжке с разбега через сетку
- б. Нападающий удар после набрасывания мяча партнером
- в. Удары кистью по мячу, стоя у стены
- г. Нападающий удар после собственного набрасывания
- д. Прыжок вверх толчком двух ног с места, с разбега в один, два и три шага
- е. Нападающий удар из зоны 4 после передачи из зоны 3 и др.

### **Задание – задача**

**25.** Рассчитайте среднюю скорость бега (на 1 км) на дистанции 3000 м, если планируется показать результат 11 минут 24 секунд.

**Вы закончили выполнение заданий.**

**Поздравляем!**

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ЭТАПА ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ  
ШКОЛЬНИКОВ 2025-2026 УЧ.Г. ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ  
КУЛЬТУРА» 9-11 КЛАССЫ**

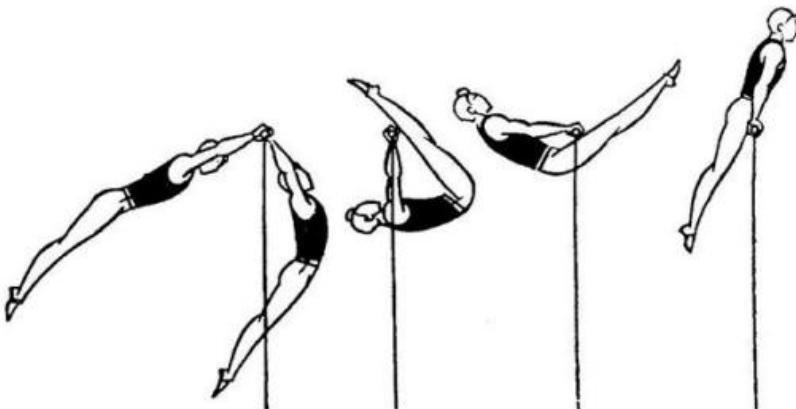
**Задания в закрытой форме**

- 1. Кто из женщин-победительниц античных Олимпийских игр был удостоен чести получения бронзовой статуи колесницы и статуи в храме Зевса в Олимпии?**
  - а) Гера
  - б) Деметра
  - в) Киниска
  - г) Кассайопея
  
- 2. В соответствии с Олимпийской хартией страну на олимпийских играх представляет?**
  - а) Министерство спорта
  - б) Национальный олимпийский комитет
  - в) Национальные спортивные федерации
  - г) Правительство страны
  
- 3. Какое количество стран могут принимать участие в Олимпийских играх?**
  - а) не более 100
  - б) не менее 50
  - в) не менее одной страны из каждого континента
  - г) количество стран не лимитировано
  
- 4. В каком из видов гребли спортсмен находится в положении спиной по направлению движения?**
  - а) гребля на каноэ
  - б) академическая гребля
  - в) гребля на байдарках
  - г) гребной слалом
  
- 5. Как называется нехватка времени для совершения всех задуманных ходов в шахматах?**
  - а) рокировка
  - б) гамбит
  - в) цейтнот
  - г) шах
  
- 6. Какой клуб стал последним чемпионом СССР по футболу?**
  - а) ЦСКА
  - б) Спартак
  - в) Динамо Киев
  - г) Локомотив
  
- 7. Амплитуда движения измеряется в ...**
  - а) минутах
  - б) метрах

в) угловых градусах

г) секундах

**8. Какое гимнастическое упражнение изображено на картинке?**



а) подъем переворотом

б) подъем силой

в) подъем разгибом

г) подъем махом

**9. Годичный цикл спортивной тренировки делится на следующие периоды ...**

а) втягивающий, базовый, восстановительный

б) подготовительный, соревновательный, переходный

в) тренировочный, основной, соревновательный

г) осенний, зимний, весенний, летний

**10. Способность, как можно дольше удерживать достигнутую максимальную скорость, называется ...**

а) скоростным индексом

б) абсолютным запасом скорости

в) коэффициентом проявления скоростных способностей

г) скоростной выносливостью

**11. К какому физическому качеству относится способность сохранять равновесие?**

а) сила

б) ловкость

в) гибкость

г) выносливость

**12. Что такое адаптация?**

а) процесс приспособления организма к изменившимся климатогеографическим условиям

б) процесс приспособления организма, направленный на поддержание гомеостаза при изменяющихся условиях существования

в) процесс восстановления после нагрузки

г) быстро возникающее кратковременное эмоциональное состояние, вызываемое сильным или особо значимым для человека раздражителем

**13. Как называется комплекс мероприятий, позволяющих определить высокую степень предрасположенности (одарённость) ребёнка, подростка, юноши к определённому роду спортивной деятельности (виду спорта)?**

- а) спортивный отбор
- б) спортивная ориентация
- в) просмотр
- г) контрольная прикидка

**14. Что из перечисленного относится к гигиеническим факторам физической культуры?**

- а) режим двигательной активности
- б) воздействие ультрафиолетовым излучением
- в) закаливание водой
- г) физические упражнения

**15. В каком виде спорта отсутствует направленная двигательная активность?**

- а) армрестлинг
- б) пауэрлифтинг
- в) гонки дронов
- г) скейтбординг

**16. К какому игровому виду спорта относится термин «прессинг»?**

- а) бокс
- б) баскетбол
- в) волейбол
- г) теннис

**17. Для набора мышечной массы необходимо в рационе питания увеличить количество**

- а) углеводов
- б) жиров
- в) витаминов
- г) белков

**18. В одном цикле в технике бега выделяют...**

- а) один период одиночной опоры и один период полёта
- б) два периода одиночной опоры и один период полёта
- в) один период одиночной опоры и два периода полёта
- г) два периода одиночной опоры и два периода полёта

**19. Как называется тип педагогического контроля, реализуемый в ходе занятия?**

- а) текущий
- б) оперативный
- в) предварительный
- г) итоговый

**20. Какая команда подаётся учителем для увеличения темпа движения?**

- а) «Шире шаг!»
- б) «Быстрее шаг!»
- в) «Реже!»
- г) «Короче шаг!»

### **Задания в открытой форме**

**21. Назовите страну и город-организатор XXXV Игр Олимпиады 2032 года.**

**22. Сколько игроков располагаются на передней линии в волейболе?**

**23. Метод спортивной тренировки, который отличается жёсткой регламентацией интервалов, называют \_\_\_\_\_.**

**24. Дыхание, при котором кислород из атмосферного воздуха переходит в кровь, а углекислый газ из крови – в атмосферный воздух, называют \_\_\_\_\_ дыханием**

**25. Как называют игрока в настольном теннисе, который должен первым ударить по мячу в розыгрыше?**

### **Задания на последовательность**

**26. Выберите годы, в которые не проводились Игры Олимпиады из-за мировых войн.**

- 1910, 1911, 1912, 1913, 1914, 1915, 1916, 1917, 1918, 1919,
- 1920, 1921, 1922, 1923, 1924, 1925, 1926, 1927, 1928, 1929,
- 1930, 1931, 1932, 1933, 1934, 1935, 1936, 1937, 1938, 1939,
- 1940, 1941, 1942, 1943, 1944, 1945, 1946, 1947, 1948, 1949.

**27. Перечислите последовательность при подаче команды на размыкание.**

**28. Перечислите, в каких спортивных дисциплинах проводятся официальные соревнования по настольному теннису?**

### **Задание на установление соответствия**

**29. Установите соответствие между видом спорта и олимпийской дистанцией соревнований.**

<b>Вид спорта</b>		<b>Дистанция</b>	
1	легкая атлетика	А	50 км
2	плавание	Б	2000 м
3	лыжные гонки	В	100 км
4	академическая гребля	Г	42.195 м
5	велоспорт (шоссе)	Д	50 м

**30. Определите соответствие понятия и его характеристик.**

**Ответ буквами запишите в бланк ответов**

<b>Понятие</b>		<b>Характеристика</b>	
1	Двигательное	А	Степень овладения техникой действия, при которой

	действие		управление движениями происходит автоматизировано и действия отличаются высокой надёжностью.
2	Двигательное умение	Б	Прочно сложившаяся, постоянная структура техники, не меняющаяся при изменении условий выполнения движения
3	Двигательный навык	В	Движение или сочетание движений, необходимое для решения двигательной задачи. Поведенческий двигательный акт, сознательно осуществляемый в целях решения какой-либо двигательной задачи
4	Двигательный стереотип	Г	Степень владения техникой действия, которая отличается повышенной концентрацией внимания на составление операции и нестабильным способом решения двигательных задач

### **Задание - задача**

**31.** Определите результат в соревнованиях по лыжным гонкам с использованием одиночного старта через 15 секунд у участника, выступающего под номером «34», если время финиша было зафиксировано 31мин 34сек. Обоснуйте и запишите свое решение.

**Вы закончили выполнение заданий.  
Поздравляем!**