ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ

по предмету «Физическая культура»

Школьный этап 2026-27 уч. г.

7-8 классы Ленинградская область

Инструкция по выполнению задания

Вам предлагаются задания, основанные на содержании образовательных программ основного общего и среднего общего образования углубленного уровня по предмету «Физическая культура». Задания объединены в 6 групп:

1. **Задания в закрытой форме №№ 1-10**, то есть с предложенными вариантами ответов.

Задания № 1-10 представлены в форме незавершенных утверждений, которые при завершении могут оказаться либо истинными, либо ложными. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильное завершение из предложенных вариантов. Правильным является то, которое наиболее полно соответствует смыслу утверждения. Ряд заданий оценивается, если отмечены все зачетные варианты. Это условие указано в задании («Отметьте все позиции»). Выбранные варианты отмечаются зачеркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в» или «г», например:

№ вопроса	Варианты ответов а	б	в	г	№ вопроса	Варианты ответов а	б	в	г
1	X				6		X		
2		X			7			X	
3		X			8	X			
4			X		9			X	X
5	X				10	X	X		

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте незнакомые задания. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.

2. **Задания в открытой форме №№ 11-12,** то есть без предложенных вариантов ответов. При выполнении этих заданий необходимо самостоятельно подобрать определения (слова), которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подобранные определения записывайте в соответствующую графу бланка ответов. Записи должны быть разборчивыми.

3. **Задания с иллюстрациями в открытой форме № 13-14.** При выполнении этих заданий необходимо указать название технических элементов, изображенных на рисунке. Ответы записывайте соответствующую графу бланка ответов. Записи должны быть разборчивыми.

4. **Задания на установление соответствия №№ 15-16.** При выполнении этих заданий необходимо установить соответствие между позициями двух представленных списков.

5. **Задание на выбор верных позиций № 17.**

6. **Задания-задачи № 18-19.** Решения и полные ответы разборчиво записывайте в бланк ответов.

При выполнении заданий используйте черновик. Записи, выполненные на черновике, не оцениваются. Контролируйте время выполнения задания. Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов.

Время выполнения заданий – 45 минут.

Слова, написанные с ошибками, оцениваются как неверный ответ. Исправления и зачёркивания оцениваются как неверный ответ.

Задания в закрытой форме

1. Кто был первым председателем (президентом) Российского олимпийского комитета …

а) генерал А.Д. Бутовский
б) граф Г.И. Рибопьер
в) князь С.К. Белосельский-Белозерский
г) В.И. Срезненский

2. Кто должен нести ответственность за то, что любое получаемое спортсменом медицинское обслуживание не нарушает антидопинговую политику и правила ...

а) спортсмен
б) врач спортсмена
в) руководитель команды
г) тренер спортсмена

3. На Руси издавна существовала игра с мячом, напоминающими футбол, игроки ногами стремились загнать мяч на территорию противника. Одна из таких игр называлась ...

а) городками
б) катанием мяча
в) шалыга
г) малыга

4. Укажите вид спорта в состав команды которых входят из 5 человек …

а) футбол
б) баскетбол
в) волейбол
г) ручной мяч

5. Физические упражнения, используемые для исправления различных деформаций опорно-двигательного аппарата, называется…

а) имитационными
б) общеразвивающими
в) корригирующими
г) подводящими

6. В каких испытаниях комплекса ГТО время на выполнение теста ограничено…

а) поднимание туловища из положения лёжа на спине
б) кросс 1000 м.
в) бег на 60 метров
г) плавание

7. Под методами физического воспитания понимаются ...

а) способы применения физических упражнений

б) конкретные побуждения, причины, заставляющие личность действовать

в) основные положения, раскрывающие содержание учебного процесса

г) руководящие положения, определяющие организационные формы урока

8. Всероссийская федерация волейбола была создана ...

а) в 1910 году

б) в 1991 году

в) в 1957 году

г) в 1963 году

9. Укажите вид спорта в состав команды которых входят из 6 человек. Отметьте все позиции …

а) волейбол

б) футбол

в) баскетбол

г) хоккей

10. Какие спортивные мероприятия проходят под патронажем Международного олимпийского комитета. Отметьте все позиции.

а) Всемирная универсиада

б) Европейские юношеские фестивали

в) Международные спортивные игры «Дети Азии»

г) Чемпионат мира по футболу

Задания в открытой форме

11. Снижение скорости лыжника при прохождении и спусков или полная остановка в случае появления неожиданного препятствия, называется…

12. Занимающийся, стоящий в колонне первым называется…

13. Педагогический процесс освоения способов управления движениями, обозначается как…

14. Негативное состояние перед стартом, характеризующееся пониженным эмоциональным возбуждением, вялостью, отсутствием желания выступать на соревнованиях называется …

Задания на соответствие

15. Установите соответствие между консистенцией лыжной мази и температурой её использования. Ответ буквами запишите в бланк ответа...

	Консистенция лыжной мази		***Температура использования***
1	твердая	А	от -1 до -30 °С
2	полутвердая	Б	от +2 до +4°С
3	жидкая	В	от-1 до+1 °С

16. Установите соответствие между группами ценностей, накопленными в сфере физической культуры и их смысловым содержанием. Ответ буквами запишите в бланк ответов ....

Группа ценностей		***Смысловое содержание ценностей***	
1	Двигательные	А	знание о средствах, методах и принципах управления физическим потенциалом человека
2	Интеллектуальные	Б	комплексы методических руководств, рекомендаций по организации форм занятий физическими упражнениями, методами оздоровительной и спортивной подготовки
3	Мобилизационные	В	лучшие образцы моторной деятельности, достигаемые в процессе физического воспитания и спортивной подготовки
4	Технологические	Г	осознание человека себя как личности
5	Престижность	Д	способность к рациональной организации бюджета времени, внутренняя дисциплина, умение противостоять стрессам
		Е	сформированность общественного мнения, престижность физической культуры в обществе

Задание на выбор верных позиций

17. Выберите все цвета олимпийских колец ...

1. Красный
2. Оранжевый
3. Жёлтый
6. Фиолетовый
7. Чёрный
8. Белый

4. Зелёный 9. Розовый
5. Синий 10. Малиновый

Задания-задачи.

18. Тренировочная нагрузка в занятии составляет 65% от максимального веса. При таком задании на тренировку Петя приседает со штангой весом 80 кг. Рассчитайте максимальный вес штанги для Пети в данном упражнении. Решение и полный ответ запишите в бланк ответов (результат округлите до целых единиц).

19. На основании информации, указанной во фрагменте протокола соревнований по лыжным гонкам, определите результат (в часах, минутах и секундах) и место каждого участника соревнований.
В бланке ответов заполните таблицу и цифрами запишите недостающую информацию в поле «ответ».

Протокол соревнований по лыжным гонкам (фрагмент)

Стартовый номер	Время старта	Время финиша
3	0:00:45	0:24:21
5	0:01:15	0:25:59
6	0:01:30	0:25:41
9	0:02:15	0:26:05
10	0:02:30	0:26:21

Вы выполнили задание.

Поздравляем!