

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА. 2026–2027 уч. г.
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП. 7–8 классы

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР

Максимальное количество баллов за работу – 28.

1. Какой из видов прыжков выполняется через планку?

- а) прыжок в длину
- б) прыжок в высоту
- в) тройной прыжок
- г) опорный прыжок

2. Какова длина дистанции в марафонском беге?

- а) 40 км
- б) 42 км 195 м
- в) 45 км
- г) 50 км

3. С каким предметом выполняет упражнение спортсменка на рисунке?



- а) лента
- б) верёвка
- в) скакалка
- г) шнур

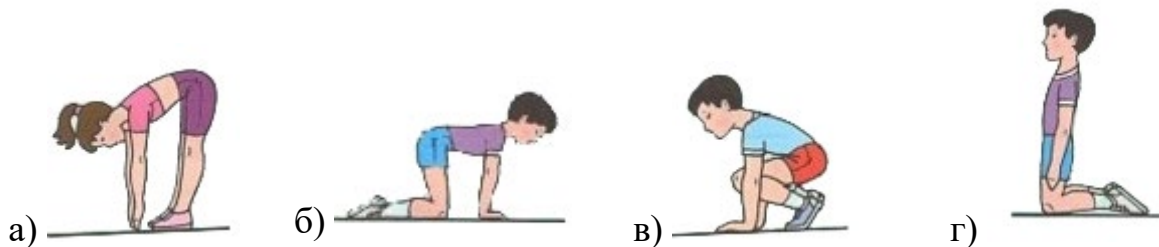
4. Представительницей какого вида спорта является 18-кратная чемпионка мира Дина Аверина?

- а) художественная гимнастика
- б) фигурное катание
- в) синхронное плавание
- г) спортивная гимнастика

5. В каком виде спорта в соревновательном упражнении используется штанга?

- а) спортивная гимнастика
- б) лёгкая атлетика
- в) тяжёлая атлетика
- г) гиревой спорт

6. На каком рисунке изображено гимнастическое положение «упор стоя на коленях»?



7. В каком виде спорта спортсмену необходимо в значительной мере использовать свои силовые способности?

- а) бокс
- б) лёгкая атлетика
- в) тяжёлая атлетика
- г) футбол

8. Что из перечисленного является нарушением правил в баскетболе?

- а) пронос мяча
- б) пробежка
- в) двойное ведение
- г) всё перечисленное

9. Кто был первым олимпийским чемпионом современности (1896 г.)?

- а) Джеймс Коннолли
- б) Деметриус Викелас
- в) Пьер де Кубертен
- г) Александр Большунов

10. Вид спорта, соединявший в себе борьбу и кулачный бой. Входил в программу античных Олимпийских игр.

- а) панкратион
- б) гоплитодром
- в) долиходром
- г) пентатлон

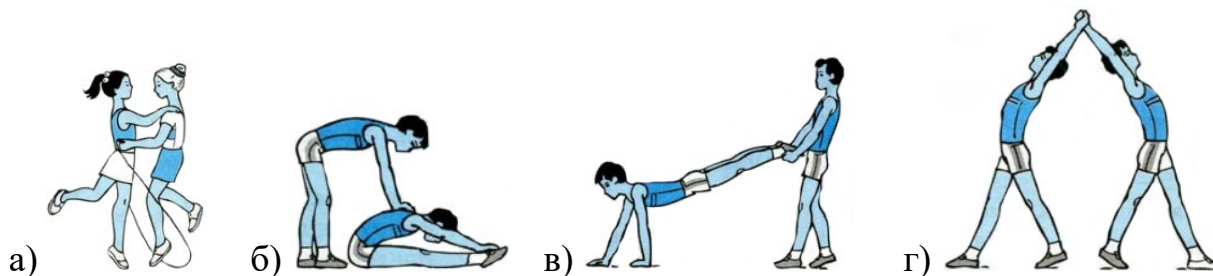
11. Какой гимнастический снаряд используется в упражнении «опорный прыжок» в школьной программе?

- а) лошадь
- б) козёл
- в) баран
- г) мул

12. Какое физическое упражнение преимущественно используют при воспитании быстроты?

- а) бег на короткие дистанции
- б) подтягивания
- в) прыжок в длину с места
- г) кросс

13. Какое физическое упражнение способствует увеличению подвижности в плечевых суставах?



14. Где зародились Олимпийские игры?

- а) в Афинах
- б) у подножья горы Олимп
- в) в местности под названием Олимпия
- г) на острове Крит

15. В каком случае при оказании первой помощи накладывают транспортную шину?

- а) тепловой удар
- б) перелом
- в) ссадина
- г) потеря сознания

16. Какой знак отличия может получить учащийся, выполнив нормативы комплекса ГТО? Отметьте все позиции.

- | | |
|------------------|---------------|
| а) металлический | д) медный |
| б) деревянный | е) бронзовый |
| в) стеклянный | ж) серебряный |
| г) золотой | з) оловянный |

17. Представителем какого вида спорта является олимпийский чемпион Никита Нагорный?

Ответ: _____ .

18. Какой вид спорта изображён на пиктограмме?



Ответ: _____ .

19. Напишите название вида спорта, в котором используется этот инвентарь.



Ответ: _____ .

20. Запишите верную последовательность действий на уроке физической культуры в школе.

- 1) игра в пионербол
- 2) приветствие
- 3) разминка
- 4) выставление оценок
- 5) построение

Ответ: _____ .

21. Решите ребус.



Ответ: _____.

22. Отгадайте загадку. Напишите название вида спорта, о котором идёт речь в загадке.

Как мушкетёры на дуэли
клинками некогда звенели,
так и теперь на шпагах бой
ведут спортсмены меж собой.

Ответ: _____.

Максимальное количество баллов за работу – 28.

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА. 2026–2027 уч. г.
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП. 7–8 классы

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР

Максимальное количество баллов за работу – 28.

1. Какой из видов прыжков выполняется через планку?

- а) прыжок в длину
- б) прыжок в высоту**
- в) тройной прыжок
- г) опорный прыжок

2. Какова длина дистанции в марафонском беге?

- а) 40 км
- б) 42 км 195 м**
- в) 45 км
- г) 50 км

3. С каким предметом выполняет упражнение спортсменка на рисунке?



- а) лента
- б) верёвка
- в) скакалка**
- г) шнур

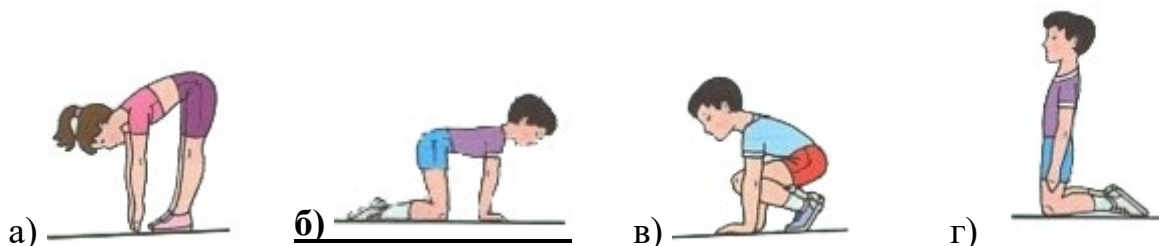
4. Представительницей какого вида спорта является 18-кратная чемпионка мира Дина Аверина?

- а) художественная гимнастика**
- б) фигурное катание
- в) синхронное плавание
- г) спортивная гимнастика

5. В каком виде спорта в соревновательном упражнении используется штанга?

- а) спортивная гимнастика
- б) лёгкая атлетика
- в) тяжёлая атлетика**
- г) гиревой спорт

6. На каком рисунке изображено гимнастическое положение «упор стоя на коленях»?



7. В каком виде спорта спортсмену необходимо в значительной мере использовать свои силовые способности?

- а) бокс
- б) лёгкая атлетика
- в) тяжёлая атлетика**
- г) футбол

8. Что из перечисленного является нарушением правил в баскетболе?

- а) пронос мяча
- б) пробежка
- в) двойное ведение
- г) всё перечисленное**

9. Кто был первым олимпийским чемпионом современности (1896 г.)?

- а) Джеймс Коннолли**
- б) Деметриус Викелас
- в) Пьер де Кубертен
- г) Александр Большунов

10. Вид спорта, соединявший в себе борьбу и кулачный бой. Входил в программу античных Олимпийских игр.

- а) панкратион**
- б) гоплитодром
- в) долиходром
- г) пентатлон

11. Какой гимнастический снаряд используется в упражнении «опорный прыжок» в школьной программе?

а) лошадь

б) козёл

в) баран

г) мул

12. Какое физическое упражнение преимущественно используют при воспитании быстроты?

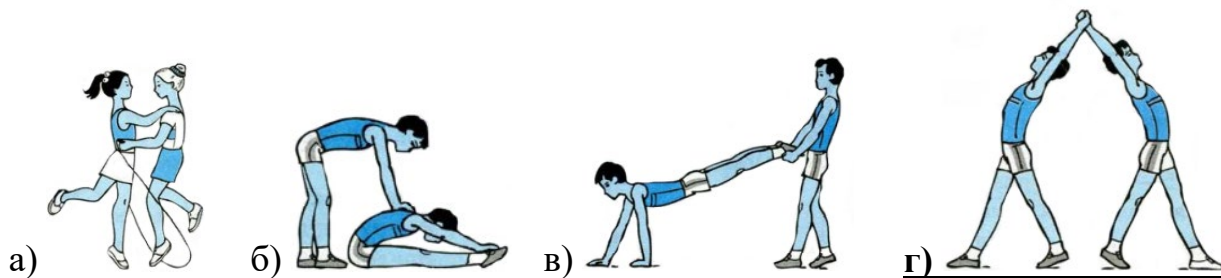
а) бег на короткие дистанции

б) подтягивания

в) прыжок в длину с места

г) кросс

13. Какое физическое упражнение способствует увеличению подвижности в плечевых суставах?



14. Где зародились Олимпийские игры?

а) в Афинах

б) у подножья горы Олимп

в) в местности под названием Олимпия

г) на острове Крит

15. В каком случае при оказании первой помощи накладывают транспортную шину?

а) тепловой удар

б) перелом

в) ссадина

г) потеря сознания

16. Какой знак отличия может получить учащийся, выполнив нормативы комплекса ГТО? Отметьте все позиции.

а) металлический

д) медный

б) деревянный

е) бронзовый

в) стеклянный

ж) серебряный

г) золотой

з) оловянный

17. Представителем какого вида спорта является олимпийский чемпион Никита Нагорный?

Ответ: спортивная гимнастика /спортивной гимнастики.

18. Какой вид спорта изображён на пиктограмме?



Ответ: лёгкая атлетика.

19. Напишите название вида спорта, в котором используется этот инвентарь.



Ответ: фигурное катание.

20. Запишите верную последовательность действий на уроке физической культуры в школе.

- 1) игра в пионербол
- 2) приветствие
- 3) разминка
- 4) выставление оценок
- 5) построение

Ответ: 5 2 3 1 4.

21. Решите ребус.



Ответ: танцы.

22. Отгадайте загадку. Напишите название вида спорта, о котором идёт речь в загадке.

Как мушкетёры на дуэли
клинками некогда звенели,
так и теперь на шпагах бой
ведут спортсмены меж собой.

Ответ: фехтование.

Критерии оценивания заданий

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

Задание № 16. Полностью правильный ответ оценивается в **1 балл**, в остальных случаях – **0 баллов**. Промежуточных баллов нет.

Задания №№ 17–19, 21, 22. Каждый правильный ответ оценивается в **2 балла**, неправильный – **0 баллов**.

Задание № 20. Полностью правильный ответ оценивается в **2 балла**, в остальных случаях – **0 баллов**. Промежуточных баллов нет.

Максимальное количество баллов за работу – 28.

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА 2026–2027 уч. г.
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП. 7–8 классы

ПРАКТИЧЕСКИЙ ТУР

Комплексное испытание
Девочки и мальчики

Регламент задания «Комплексное испытание»

1. Руководство испытаниями

Руководство для проведения испытаний состоит из:

- главного судьи;
- судей по видам.

2. Спортивная форма

2.1. Участники должны быть одеты в спортивные трусы, футболку и кроссовки.

2.2. Во время испытания ношение ювелирных украшений не допускается.

3. Порядок выступления

3.1. Для проведения испытаний участники распределяются по сменам в соответствии со стартовым номером.

3.2. Перед началом испытаний должны быть названы: фамилия и имя или стартовый номер каждого участника. После вызова у участника есть 20 с, чтобы начать выполнение упражнения.

3.3. Оценка действий участника начинается с момента принятия исходного положения. Сигналом готовности участника к началу выступления служит поднятая вверх рука. После этого даётся сигнал к началу выполнения испытания.

3.4. Все участники одной смены должны находиться в специально отведённом для них месте. Их поведение не должно мешать другим участникам.

3.5. За нарушения дисциплины или неспортивное поведение главный судья имеет право отстранить участника от участия в испытании.

4. Повторное выступление

4.1. Выступление участника не может быть начато повторно, за исключением случаев, вызванных непредвиденными обстоятельствами, к которым относятся: поломка оборудования, произошедшая в процессе выступления; неполадки в работе общего оборудования – освещение, задымление помещения и т. п.

4.2. При возникновении указанных выше ситуаций участник должен немедленно прекратить выступление. Если выступление будет завершено, оно будет оценено.

4.3. Только главный судья имеет право разрешить повторное выполнение упражнения. В этом случае участник выполняет своё упражнение сначала, после выступления всех участников.

5. Разминка

Перед началом выступлений участникам предоставляется разминка из расчёта не более 1 минуты на одного участника.

6. Судьи

Главный судья определяет состав судейской бригады, оценивающей выступление участников.

Методические указания к выполнению задания «Комплексное испытание»

1. Все задания выполняются (располагаются) строго последовательно, по периметру спортивного зала (рекомендуется 24 × 12 м) на безопасном расстоянии от стены.

Методика оценивания результатов

1. Секундомер включается по команде «марш»/свисток перед выполнением первого задания.
2. Остановка секундомера осуществляется в момент пересечения линии финиша участником. Время, затраченное на выполнение испытания, определяется с точностью до 0,01 секунды.
3. Результатом является общее время выполнения всех упражнений (в секундах с точностью до сотых долей секунды), включая «штрафные» секунды.
4. Чем меньше времени затрачено на выполнение упражнения, тем выше результат.
5. Невыполнение одного из заданий – штраф 180 секунд.
6. Все участники ранжируются по местам.

Последовательность выполнения упражнений «Комплексное испытание»

№	Содержание упражнений	Требования к выполнению	Оборудование и инвентарь	Примечания
1	Флорбол	По команде «марш»/свисток участник берёт клюшку и флорбольный мяч № 1 и обыгрывает стойки: стойку № 1 с правой стороны, стойку № 2 с левой стороны, стойку № 3 с правой стороны. Далее перемещается в зону для удара по мячу. Подбежав к зоне для удара, участник выполняет удар мяча клюшкой по воротам и оставляет клюшку в зоне. Затем бежит к футбольному мячу	Центр линии старта смещён от центра на 4 м. Флорбольная клюшка и мяч располагаются на расстоянии 0,5 м от линии старта. Стойки ставятся последовательно на расстоянии 2 м и стойки № 1 и № 3 смещены от центральной линии на 4 м. Стойка № 2 смещена от центральной линии на 6 м. Зона удара мяча по воротам 1 × 1,5 м располагается на расстоянии 3 м от ворот. Ворота – 2 конуса и гимнастическая палка на высоте 30 см, центр ворот смещён от центральной линии на 4 м	– фальстарт + 5 с; – сбил/задел стойку + 5 с; – оббегание стойки не с той стороны + 5 с; – необбегание одной из стоек + 5 с; – непопадание в ворота + 5 с; – заступ / наступание на линию удара мяча по воротам (попадание в ворота не засчитывается, добавляется штраф за не попадание) + 5 с (+ 10 с); – невыполнение задания + 180 с
2	Футбол	Подбежав к футбольному мячу, участник берёт мяч и начинает выполнять ведение к стойке № 4, обводит её с левой стороны. Далее перемещается к стойке № 5 и обводит её с правой стороны. Далее перемещается к стойке № 6 и обводит её с левой стороны. Затем выполняет ведение мяча в зону остановки. Останавливает	Футбольный мяч располагается на расстоянии 1,5 м от стойки № 4. Стойки ставятся последовательно на расстоянии 2 м и стойки № 4 и № 6 смещены от центральной линии на 4 м. Стойка № 4 смещена на 3 м от середины площадки. Стойка № 5 смещена от центральной линии на 6 м. Зона остановки мяча 1 × 1 м	– сбивание или задевание стойки + 5 с; – оббегание стойки не с той стороны + 5 с; – необбегание одной из стоек + 5 с; – неостановка мяча в зоне остановки + 5 с; – касание мяча рукой + 5 с. – невыполнение задания + 180 с

Всероссийская олимпиада школьников. Физическая культура. 2026–2027 уч. г.
Школьный этап. Практический тур. 7–8 классы

		мяч в зоне и перемещается к координационной лестнице	располагается на расстоянии 1 м от стойки № 6. Задание выполняется футбольным мячом № 5	
3	Координационная лестница	Подбежав к координационной лестнице, участник без остановки встаёт правым боком к лестнице и преодолевает лестницу две ноги в отрезок правым боком. Поочерёдно наступая в отрезки правая, левая – правая, левая – правая, левая и т.д. Выйдя из последнего отрезка, участник ускоряется к линии финиша	Координационная лестница 10 отрезков по 40 см смещена на 1 м от центральной линии. Первая планка смещена на расстоянии 4,5 м от середины площадки. Линия финиша располагается на расстоянии 2,5 м от координационной лестницы	– сбивание или задевание планки + 5 с ; – нарушение последовательности (штраф за каждый отрезок) + 5 с ; – невыполнение задания + 180 с

КОМПЛЕКСНОЕ ИСПЫТАНИЕ.

2026-2027 уч.г. 7–8 классы

