ФИЗКУЛЬТУРА
ВСЕРОССИЙСКАЯ
ОЛИМПИАДА
ШКОЛЬНИКОВ

Задания
муниципального этапа
2026-2027 учебный год
7-8 класс

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 7 групп:

1. Задания в закрытой форме № 1-15, то есть с предложенными вариантами ответов. При выполнении этих заданий необходимо из предложенных вариантов выбрать правильное завершение утверждения, представленного в вопросе или вариант правильного ответа на вопрос. Правильным является только один ответ – тот, который наиболее полно соответствует смыслу вопроса.

1	~~а~~	б	в	г

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 № 16-19, то есть без предложенных вариантов ответов. При выполнении этого задания необходимо ответить на вопрос или самостоятельно подобрать определения (слова), которое, завершая высказывание, образуют истинное утверждение. Подобранные определения вписывайте в соответствующую графу бланка ответов. Слова, написанные с ошибками, оцениваются как неверный ответ.

3. Задания на установление соответствия № 20. При выполнении этого задания необходимо установить соответствие между позициями в представленных списках. Ответы записывайте в соответствующую графу бланка ответов.

4. Задание, процессуального или алгоритмического толка № 21. Записи выполняются в бланке ответов. Записи должны быть разборчивыми.

5. Задание в форме, предполагающей перечисление известных фактов, характеристик №22 Записи выполняются в бланке ответов. Записи должны быть разборчивыми.

6. Задание с иллюстрациями № 23. Ответы записывайте в соответствующую графу бланка ответов.

7. Задание кроссворды (ребусы) №24 Ответы записывайте в соответствующую графу бланка ответов.

8. Задания- задачи № 25.

При выполнении заданий разрешается использовать черновик. Записи, выполненные на черновике, не оцениваются.

Контролируйте время выполнения задания. Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов.

Время выполнения заданий – 45 минут.

Записи ответов должны быть разборчивыми.

Исправления и зачеркивания оцениваются как неверный ответ.

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ

Задания в закрытой форме

1.*Физическая реабилитация - это…*

а. деятельность, направленная на улучшение развития двигательных качеств и физических способностей.

б. мероприятия, направленные на улучшение физического развития человека.

в. специализированный процесс физического воспитания, направленный на решение оздоровительной задачи.

г. деятельность по восстановлению частично утраченных или ослабленных психофизических функций и способностей человека.

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

а. скоростным индексом.

б. абсолютным запасом скорости.

в. коэффициентом проявления скоростных способностей.

г. скоростной выносливостью.

3.Физические упражнения, используемые для исправления различных деформаций опорно-двигательного аппарата, называются …

а. подводящими.

б. имитационными.

в. корригирующими.

г. общеразвивающими.

4. *В основе неравномерности и гетерохронности развития физических способностей лежат ...*

а. биологические ритмы.

б. сенситивные периоды.

в. этапы онтогенетического развития.

г. период полового созревания.

5. ***Отличительными признаками двигательного умения являются:***

а. слитность, автоматизированность, экономичность.

б. нестабильность, неустойчивость, излишние мышечные затраты.

в. системность в движениях, автоматизированность, вариативность.

г. стабильность, экономичность, вариативность.

6. ***Основным критерием эффективности многолетней спортивной подготовки является:***

а. максимальный фонд двигательных умений и навыков.

б. наивысший уровень развития физических качеств.

в. здоровье спортсмена.

г. наивысший спортивный результат.

7. ***Основу двигательных способностей человека составляют:***

а. психодинамические задатки.

б. физические качества.

в. двигательные умения.

г. двигательные навыки.

8.Отношение педагогически оправданных (рациональных) затрат времени к общей продолжительности урока называется:

а. физической нагрузкой.

б. интенсивностью физической нагрузки.

в. моторной плотностью урока.

г. общей плотностью урока.

9. Развитие организма человека называется:

а. онтогенезом.

б. филогенезом.

в. социогенезом.

г. антропогенезом.

10. Первым представителем России в МОК был …

а. Бутовский А.Д.

б. Толстой Л.Н.

в. Лесгафт П.Ф.

г. Смирнов В.Г.

11. Назовите главные принципы кодекса спортивной чести «Фэйр Плэй».

а. Сохранять чувство собственного достоинства при любых обстоятельствах.

б. Не стремиться к победе любой ценой; на спортивной площадке сохранять честь и благородство.

в. Сочетание физического совершенства с высокой нравственностью.

г. Относиться с уважением и быть честным по отношению к соперникам, судьям, зрителям.

12. Наиболее информативным, объективным и широко используемым в практике физического воспитания и спорта показателем реакции организма на физическую нагрузку, является:

а. время выполнения двигательного действия.

б. продолжительность сна.

в. величина частоты сердечных сокращений.

г. коэффициент выносливости.

13. Закаливание – это…

а. способность организма противостоять различным заболеваниям;

б. способность организма противостоять различным метеофакторам;

в. повышение сопротивляемости организма к различным внешним воздействиям;

г. адаптированность к физическим нагрузкам.

14. Торможение в беге на лыжах осуществляется приёмом, обозначаемым как…

а. ёлочка;

б. борона;

в. лесенка;

г. плуг.

15. В Паралимпийских играх спортсмены не состязаются в группе лиц…

а. с ампутациями и прочими двигательными нарушениями;

б. с заболеваниями кардиореспираторной системы;

в. с церебральным параличом;

г. с нарушением органов зрения.

Задания в открытой форме

16. Задачи формирования личностных качеств спортсмена и управления его оперативным состоянием решаются в разделе, обозначаемом как … подготовка спортсмена.

17. Процесс, происходящий в организме человека после прекращения работы и заключающийся в постепенном переходе физиологических и биохимических функций не только к исходному состоянию, но и к повышению работоспособности, принято обозначать как …

18. Запрещенные фармакологические препараты и процедуры, используемые с целью стимуляции физической и психической работоспособности, обозначают как …

19. Достижение, ратифицированное в качестве высших показателей в деятельности, на основе которой организуется соревнование, обозначается как … .

Задания на «соответствие»

20. Установите соответствие между выдающимися спортсменами и видами спорта, в которых они добились результатов. Ответ буквами запишите в бланке ответов

1	Лариса Латынина	А	Хоккей
2	Владислав Третьяк	Б	Гимнастика
3	Ирина Роднина	В	Лыжные гонки
4	Лев Яшин	Г	Борьба
5	Александр Карелин	Д	Футбол
6	Лидия Скобликова	Е	Фигурное катание

Задание процессуального или алгоритмического толка

21. «Положение о соревновании» включает следующие разделы:____

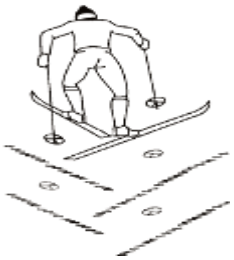
Ответ запишите в бланк ответов.

Задания, предполагающие перечисление

22. Назовите последовательность этапов в соревнованиях по триатлону?

Задания с иллюстрациями

23. Напишите название изображенных на рисунках способов преодоления подъемов на лыжах. Ответ запишите в бланке ответа соответствующими буквами.

1	2	3
		

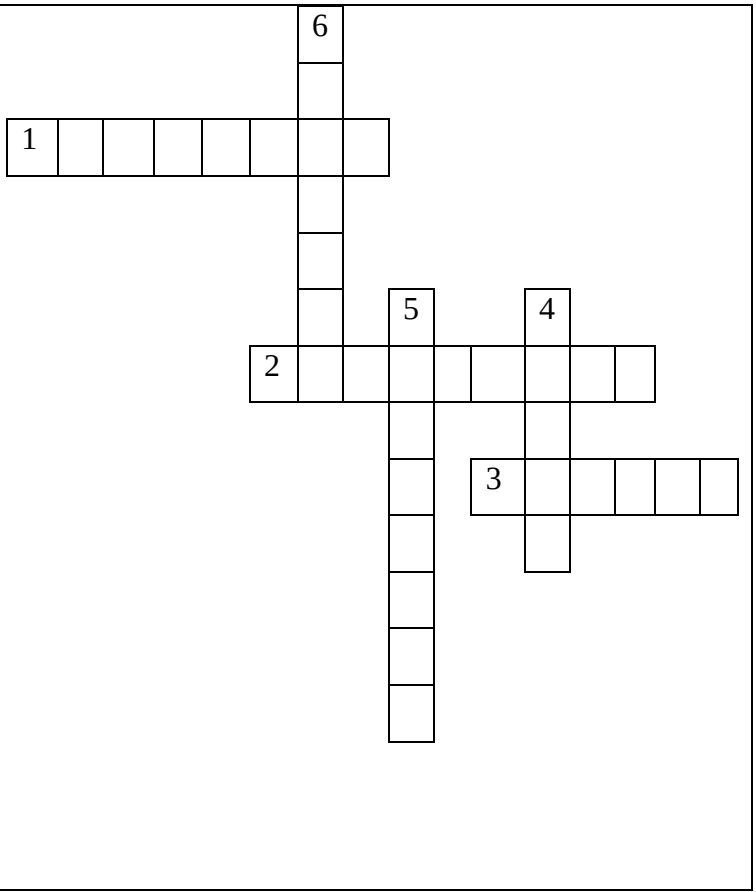
Задания –кроссворд

По горизонтали:

1. Упражнение, которое обязательно делают в начале урока, чтобы подготовить тело к нагрузке.
2. Вид спорта, где игроки стараются забросить мяч в корзину.
3. Командная игра, где мяч забивают в ворота ногами.

По вертикали:

4. Спортивный снаряд, который крутят руками, ногами или на талии.
5. Приспособление, через которое прыгают на физкультуре и дома.
6. Единица измерения времени в спорте: например, спортсмен пробежал стометровку.



Задание –задача.

Спортсмен выполняет жим лежа со штангой весом 65 кг. Каков личный рекорд у этого спортсмена в жиме штанги лежа, если относительная интенсивность в этом упражнении составляет 67% от максимального веса штанги? Ответ округлите до целых величин, решение и ответ запишите в бланке ответов.

ФИЗКУЛЬТУРА
ВСЕРОССИЙСКАЯ
ОЛИМПИАДА
ШКОЛЬНИКОВ

Критерии оценивания заданий муниципального этапа 2026-2027 учебный год 7-8 класс

Критерии и методика оценивания

№ задания	Правильный ответ	Количество баллов, критерии оценивания
1	г	Правильный ответ оценивается в 1 балл, неправильный – 0 баллов. Ответ с исправлениями оценивается как неверный.
2	г	
3	в	
4	б	
5	б	
6	г	
7	а	
8	г	
9	а	
10	а	
11	б	
12	в	
13	в	
14	г	
15	б	
Максимальная оценка за группу заданий №№ 1–15– 15,0 баллов		
16	психологическая	Правильный ответ оценивается в 1 балла, неправильный – 0 баллов. Ответы с орфографическими ошибками, зачеркиваниями и исправлениями оцениваются как неверный ответ.
17	восстановление	
18	допинг	
19	рекорд	
Максимальная оценка за группу заданий №№ 16–19– 4,0 балла		
20	1-Б, 2- А, 3-Е, 4-Д, 5-Г, 6-В	Каждая верно указанная позиция оценивается в 1 балл, неправильная – 0 баллов. Ответ с исправлениями оценивается как неверный**.**
Максимальная оценка за группу заданий № 20 – 6,0 баллов		
21	I-сроки, место проведения, II-участники, III-программа, IV-финансирование, V-судейство, VI-награждение	За каждую правильную позицию 0,5 балла. Максимальный балл – 3
Максимальная оценка за группу заданий № 21 – 3,0 балла		
22	1. Плавание 2. Велоспорт (велосипед) 3. Бег	Правильный ответ оценивается в 1 балла, неправильный – 0 баллов. Ответы с орфографическими ошибками, зачеркиваниями и исправлениями оцениваются как неверный ответ.
Максимальная оценка за группу заданий № 22 – 1,0 балл		
23	1. «лесенка» 2. «полуёлочка» 3. «ёлочка»	Каждое верно описанное графическое изображение оценивается в 1,0 балл, неверный ответ – 0 баллов. Ответы с орфографическими ошибками, зачеркиваниями и исправлениями

		оцениваются как неверный ответ.
Максимальная оценка за группу заданий № 23 – 3,0 балла		
24	По горизонтали: разминка, баскетбол, футбол По вертикали: обруч, скакалка, секунда	За каждую правильную позицию 0,5 балла. Максимальный балл – 3
Максимальная оценка за группу заданий № 24 – 3,0 балла		
25	65 : 67 х 100 = 97 (кг)	Правильный ответ оценивается в 1 балла, неправильный – 0 баллов. Ответы с орфографическими ошибками, зачеркиваниями и исправлениями оцениваются как неверный ответ.
Максимальная оценка за группу заданий № 25 – 1,0 балл		

Итоговая оценка представляется суммой баллов оценки выполненных заданий

Задания в закрытой группе №№ 1–15	15,0 баллов
Задания в открытой группе №№ 16-19	4,0 балла
Задания на «соответствие»№ 20	6,0 баллов
Задание процессуального или алгоритмического толка №21	3,0 балла
Задания, предполагающие перечисление №22	1,0 балл
Задания с иллюстрациями №23	3,0 балла
Задания –кроссворд №24	3,0 балла
Задание – задача №25	1,0 баллов

Максимальная оценка результата участника 7-8 классов в теоретико-методическом испытании определяется арифметической суммой всех баллов, полученных за выполнение заданий, и не должна превышать 36 баллов. Далее полученный результат пересчитывается по формуле в «зачетный» балл.

$$Xi = \frac{K*Ni}{M} (1), \text{ где:}$$

Xi – «зачетный» балл i –го участника;

K – максимально возможный «зачетный» балл в конкретном туре (по регламенту);

Ni– результат i участника в конкретном туре;

M – максимально возможный результат в конкретном туре.

НАПРИМЕР, результат участника **(7 класса)** в теоретическом туре составил **33** балла (**Ni=33**) из **36** максимально возможных (**M=36**). Максимально возможный «зачетный» балл (по регламенту) по теоретическому туру - 20 баллов (**K=20**).

Подставляем в формулу (1) значения Ni, K, и M и получаем «зачетный» балл i участника: Xi= 20*33/36=18,33 баллов.

*Максимальное количество зачетных баллов за теоретический тур **(20 баллов)** может получить участник, набравший максимальный результат в данном конкурсе **(36 баллов)**. Участник показавший лучший результат, но НЕ набравший в теоретическом туре максимальное количество баллов **НЕ МОЖЕТ** получить максимальный зачетный балл – **20**.*

ФИЗКУЛЬТУРА
ВСЕРОССИЙСКАЯ
ОЛИМПИАДА
ШКОЛЬНИКОВ

Бланки ответов
муниципального этапа
2026-2027 учебный год
7-8 класс

Шифр _____

БЛАНК ОТВЕТОВ

№ вопроса	Варианты ответов			
1	а	б	в	г
2	а	б	в	г
3	а	б	в	г
4	а	б	в	г
5	а	б	в	г
6	а	б	в	г
7	а	б	в	г

№ вопроса	Варианты ответов			
8	а	б	в	г
9	а	б	в	г
10	а	б	в	г
11	а	б	в	г
12	а	б	в	г
13	а	б	в	г
14	а	б	в	г
15	а	б	в	г

16. _____

17._____

18._____

19._____

20.

1	2	3	4	5	6

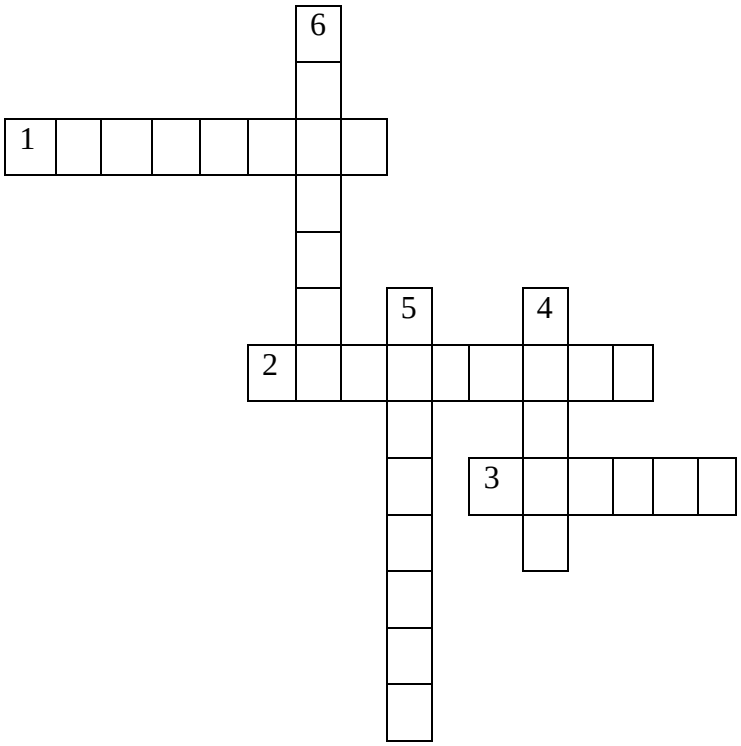
21._____

22._____

23.

1	2	3

24.



Задание-задача

25.

Решение._____
_____
_____
_____
_____
_____
_____

Ответ. _____

Оценка (слагаемые и сумма баллов) _____

Подписи и ФИО членов жюри _____ _____

_____ _____