

**МЕЖРЕГИОНАЛЬНАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ «ЮНИОР»
2025-2026 учебный год**

ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ОЛИМПИАДЕ

ПРЕДМЕТ: ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

*Тесты составлены согласно Федеральному перечню учебников по УМК Матвеева А.П.
по темам:*

1. Знания о физической культуре:
 - история развития физической культуры (в том числе Олимпиадное движение);
 - история развития физической культуры в России;
 - физическое развитие человека;
 - физическая культура человека.
2. Способы самостоятельной деятельности:
 - техника безопасности и гигиена мест занятий;
 - оценка эффективности занятий физическими упражнениями;
 - оценка физической подготовленности;
 - дневник самонаблюдений,
 - организация досуга средствами физической культуры и спорта.
3. Физическое совершенствование:
 - физкультурно-оздоровительная деятельность;
 - спортивно-оздоровительная деятельность (включая правила соревнований базовых видов спорта).