

**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).