

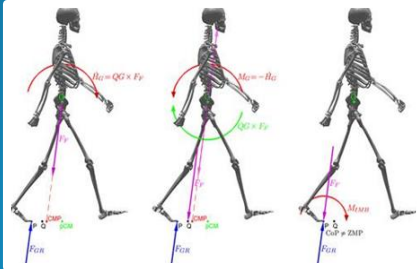
Всероссийская олимпиада школьников по физической культуре



Олимпиада школьников по физической культуре представляет собой комплекс мероприятий, направленных на выявление талантливых учеников и стимулирование их дальнейшего развития



Участие во Всероссийской олимпиаде школьников по предмету «Физическая культура» позволит овладеть научными знаниями в области физической культуры:



Анатомия



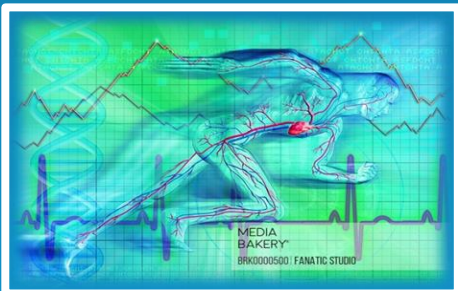
Биомеханика



Биохимия



Биоэнергетика



Физиология



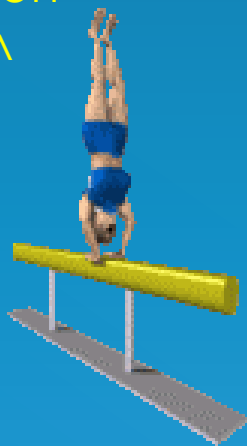
Педагогика

**Участие во Всероссийской олимпиаде
школьников по предмету «Физическая культура»
позволит освоить различные виды спорта и виды
физкультурно-оздоровительной деятельности:**

Футбол
Баскетбол
Гандбол
Волейбол
Бадминтон
Флорбол



Бег
Спортивная ходьба
Плавание
Скандинавская ходьба
Езда на велосипеде
Бег на лыжах



Гимнастика с элементами
акробатики

Прикладная физическая культура



Зачем участвовать в олимпиадах?

Обучающемуся:

- повышение общего уровня здоровья
- освоение знаний в области физической культуры и спорта
- приобщение к регулярным систематическим занятиям физическими упражнениями
- возможность поступления вне конкурса в профильный вуз, а также в Российский университет дружбы народов

Образовательной организации:

- повышение общего уровня здоровья обучающихся
- популяризация различных видов спорта и видов физкультурно-оздоровительной деятельности
- баллы в рейтинг школы (от 1 до 10 баллов за каждого участника)



Олимпиада по физической культуре включает теоретическую и практическую части

Теоретическая часть

- Современные аспекты физической культуры и спорта
- Олимпийское движение
- Медико-биологические аспекты физической культуры
- Теоретико-методические основы физической культуры и спорта
- Здоровый образ жизни
- Виды спорта
- История ФК
- Правила соревнований



Практическая часть

- Элементы спортивных игр (футбол, баскетбол, флорбол, волейбол, гандбол, бадминтон)
- Легкая атлетика (бег, спортивная ходьба, прыжки, метание)
- Прикладная физическая культура (стрельба, полосы препятствий, подлезания, равновесия)
- Циклические виды спорта (плавание, скандинавская ходьба, лыжные гонки)
- Гимнастика (гимнастика с элементами акробатики, упражнения на снарядах)



СТРУКТУРА ОЛИМПИАДЫ

	Школьный этап	Муниципальный этап	Региональный этап	Заключительный этап
Возрастные категории	5-7 классы 8-9 классы 10-11 классы	7-8 классы 9-11 классы	9-11 классы	9-11 классы
Теоретико-методический тур	письменное задание			
Практический тур	2 испытания			4-6 испытаний

Школьный этап



Муниципальный этап



Региональный этап



Заключительный этап





В соответствии с приказом Министерства образования и науки Российской Федерации победители и призеры Всероссийской олимпиады, выявленные в ходе проведения заключительного этапа, получают преимущественное право на зачисление в центральные высшие учебные заведения в области физической культуры и не только.

ГРУППЫ ПОДГОТОВКИ К ОЛИМПИАДАМ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ



Сборная
Москвы
(участники
заключительного
этапа прошлого
года)



**Группы
ПОДГОТОВКИ**

Кандидаты в сборную
Москвы
(обучающиеся
9-11 классов, успешно
прошедшие туры
диагностических
работ)

Резерв сборной
Москвы
(обучающиеся
8 классов, успешно
прошедшие туры
диагностических
работ)

ВНИМАНИЕ!

Для занятий в группе подготовки,
а также для прохождения ОТБОРА в группы
необходимо приготовить
МЕД.СПРАВКУ от врача о допуске
(можно справку для сдачи норм ГТО,
либо справку о допуске к олимпиаде по ФК,
где перечислены виды спорта
(л/а, гимнастика, спорт.игры)



РЕЗЕРВ СБОРНОЙ МОСКВЫ (8 КЛАСС)

Занятия в группах подготовки проходят
2 раза в неделю
по вторникам и четвергам на базе
ГБОУ «Школа № 1798 «Феникс»
по адресу: Зеленый проспект, дом 75



КАНДИДАТЫ В СБОРНУЮ (9-11 КЛАСС)

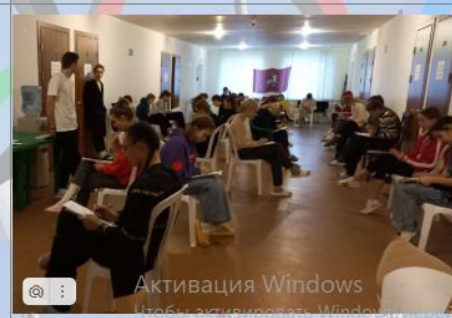
Занятия в группах подготовки проходят от 2 до 6 раз в неделю на нескольких базах:

- ГБОУ Школа №1504; Сталеваров,10А; Сталеваров,20А;
- ГБОУ Школа №1288; Хорошёвское ш., 21
- ГБОУ Школа №1533; Кржижановского,4А
- РУС "ГЦОЛИФК"; Сиреневый бульвар, 4 (легкая атлетика)

Распределение по группам происходит по территориальному признаку, а также по решению тренерского состава, на основе результатов



Выездные сборы для кандидатов и членов сборной Москвы



Активация Windows

Чтобы активировать Windows, зайдите в

**Диагностические работы (ОТБОР)
в группу РЕЗЕРВ сборной Москвы
для 8 классов**

1–17 сентября пройдёт осенний тур диагностических работ для желающих заниматься в группе Резерв (подготовка к этапам ВсОШ)

Мероприятие пройдет ДИСТАНЦИОННО по следующим дисциплинам:

- спортивные игры + прикладная физическая культура;**
- гимнастика;**
- теоретическое задание**

Как выполнять (8 кл):

1. Зарегистрироваться по [ссылке](#)
2. Участнику под руководством учителя физической культуры в спортзале своей школы необходимо снять видео выполнения упражнения по гимнастике и спортиграм по инструкции
3. Прикрепить ссылки на видео **до 23:59 17.09.2025** туда, где регистрировались (обязательно проверить, открыт ли доступ к видео не только вам)
4. **09.09.2025г.(вторник) в 16.30** выполнить теоретическое задание на платформе «Сириус. Курсы»

Диагностические работы (ОТБОР)
в группу КАНДИДАТОВ В СБОРНУЮ МОСКВЫ
для 9–11 классов

1–13 сентября пройдёт осенний тур диагностических работ для желающих стать кандидатом в сборную команду Москвы по физической культуре

Он будет состоять из двух этапов

1 этап (дистанционно):

- **спортивные игры и прикладная физическая культура;**
- **гимнастика;**
- **теоретическое задание**

2 этап (для успешно прошедших первый этап, очно):

- **лёгкая атлетика**

Как выполнять (9-11 кл):

1. Зарегистрироваться по [ссылке](#)
2. Участнику под руководством учителя физической культуры в спортзале своей школы необходимо снять видео выполнения упражнения по гимнастике и спортиграм по инструкции
3. Прикрепить ссылки на видео до до **23:59 10.09.2025** туда, где регистрировались (обязательно проверить, открыт ли доступ к видео не только вам)
4. **09.09.2025г.(вторник) в 16.30** выполнить теоретическое задание на платформе «Сириус. Курсы»
5. При успешном выполнении заданий 1го тура **выполнить очно** (РУС "ГЦОЛИФК"; Сиреневый бульвар, 4) **задание легкой атлетики (бег на 1 км) 13.09.2025г.**

Сайт <https://цпм.рф/>

Набор кандидатов и резерва сборной Москвы по физической культуре

Набор кандидатов и резерва сборной Москвы по физической культуре



Классы
Сборная: 9–11 классы
Резерв: 8 класс



Даты диагностики
Сборная: 1–13 сентября
(теоретическое тестирование — 9 сентября, лёгкая атлетика — 13 сентября). **Загрузить видео на платформу «Сириус. Курсы» до 23:59 10 сентября**
Резерв: 1–17 сентября
(теоретическое тестирование — 9 сентября). **Загрузить видео на платформу «Сириус. Курсы» до 23:59 17 сентября**



Формат диагностики
Первый тур — онлайн,
второй тур — очно (для кандидатов в сборную)

Инструкции:



Правила зачисления и отчисления



Инструкция «Гимнастика»



Инструкция «Спортивные игры»



Инструкция «Спортивные игры»

Для 9–11 классов:



Набор в кандидаты сборной

С 1 по 13 сентября пройдёт осенний тур диагностических работ для учеников 9–11 классов, желающих стать кандидатом в сборную команду Москвы по физической культуре. Отбор состоит из двух этапов.

Первый этап (дистанционный):

- спортивные игры и прикладная физическая культура (запись видео выполнения упражнения);
- гимнастика (запись видео выполнения упражнения);
- теоретическое тестирование 9 сентября в 16:30 на платформе «Сириус. Курсы».



Обращаем внимание: начать выполнение тестирования необходимо именно в 16:30, чтобы у вас было достаточно времени на выполнение заданий. На них отведено 30 минут. Если вы присоединитесь позже, время не продлится.

Для выполнения теоретического тестирования и прикрепление ссылок на видео необходимо пройти регистрацию.



[Зарегистрироваться](#)

Второй этап для успешно прошедших первый этап (очно):

- лёгкая атлетика.

Обращаем внимание: для участия необходимо заранее приготовить медицинскую справку от врача о допуске (можно справку на сдачу норм ГТО или справку о допуске к олимпиаде по физической культуре, где перечислены виды спорта — лёгкая атлетика, гимнастика, спортивные игры). Коллективный допуск от школы приниматься не будет.

Подробная информация о записи видео с выполнением упражнений содержится в прикрепленных инструкциях.

Для 8 классов:



Набор в резерв сборной

С 1 по 17 сентября состоится осенний тур диагностических работ для учеников 8 классов, которые хотят готовиться к этапам ВСОШ в группе резерва. Отборочные мероприятия пройдут дистанционно по следующим дисциплинам:

- спортивные игры и прикладная физическая культура (запись видео выполнения упражнения);
- гимнастика (запись видео выполнения упражнения);
- теоретическое тестирование 9 сентября в 16:30 на платформе «Сириус. Курсы».

Обращаем внимание: начать выполнение тестирования необходимо именно в 16:30, чтобы у вас было достаточно времени на выполнение заданий. На них отведено 30 минут. Если вы присоединитесь позже, время не продлится.

Для выполнения теоретического тестирования и прикрепление ссылок на видео необходимо пройти регистрацию.



[Зарегистрироваться](#)

Подробная информация о записи видео с выполнением упражнений содержится в прикрепленных инструкциях.

Занятия в группе резерва планируется начать с 30 сентября. Тренировки будут проходить на базе школы № 1798 «Феникс» по адресу Зелёный пр-кт, 75 (минута пешком от метро «Новогиреево») по вторникам и четвергам.

Обращаем внимание: для участия необходимо заранее приготовить медицинскую справку от врача о допуске (можно справку на сдачу норм ГТО или справку о допуске к олимпиаде по физической культуре, где перечислены виды спорта — лёгкая атлетика, гимнастика, спортивные игры). Коллективный допуск от школы приниматься не будет.

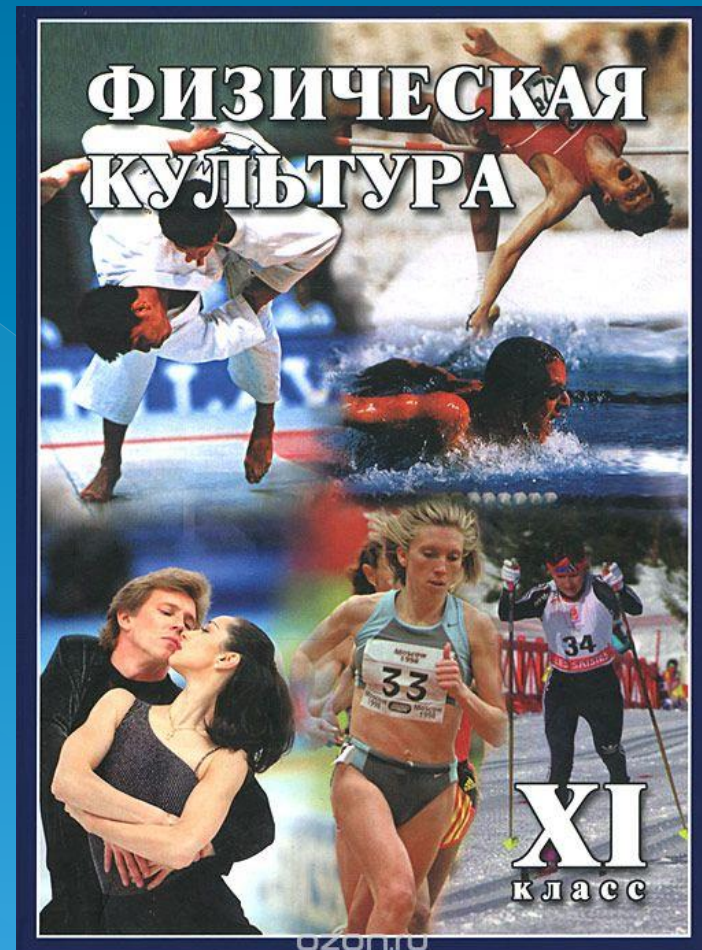
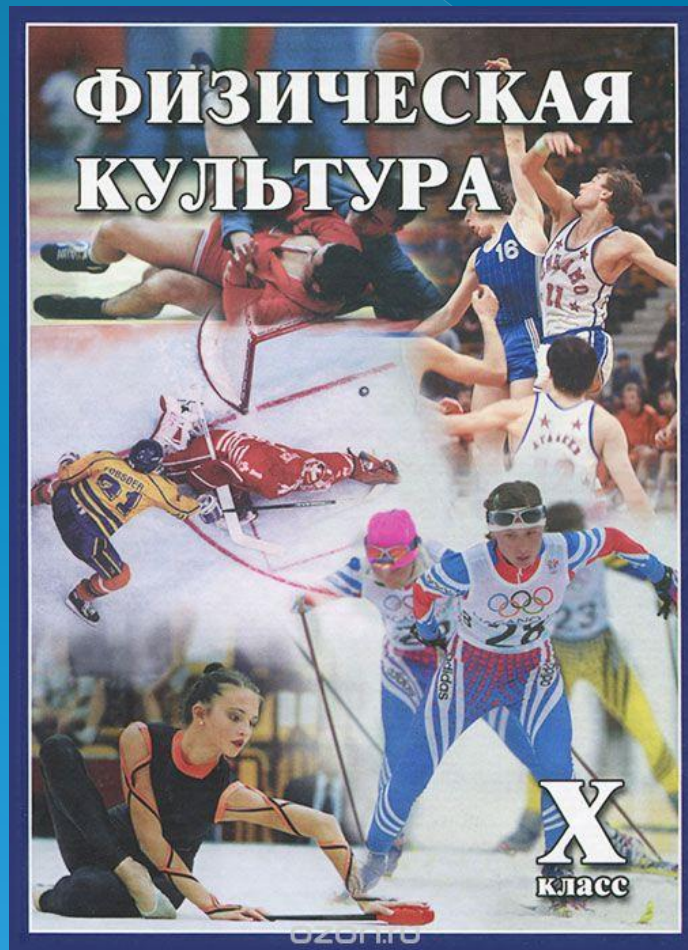
ПОДГОТОВКА К ПРАКТИЧЕСКОМУ ТУРУ

Рекомендации по подготовке:

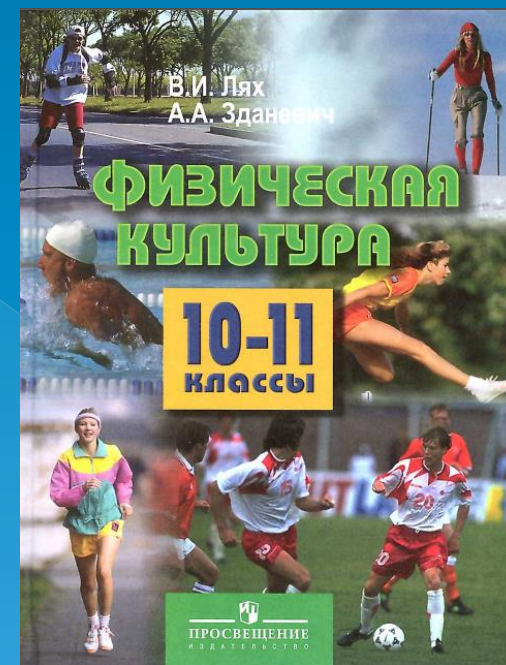
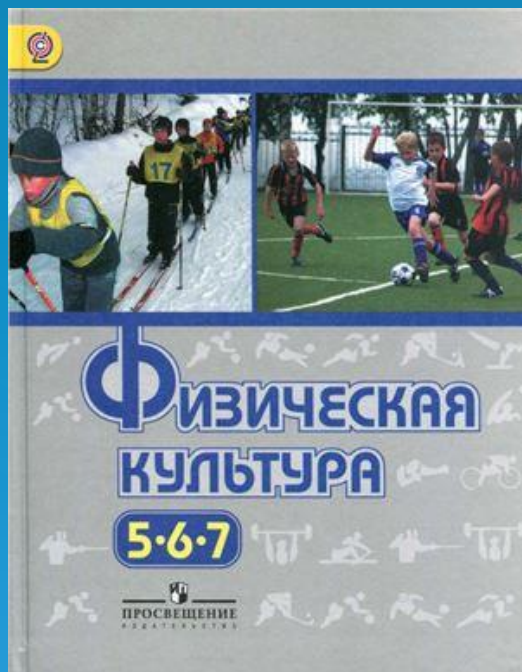
- тренировочные занятия - 3-5 раз в неделю по 1-2 часа
 - > количество занятий по гимнастике – 2 раза в неделю
 - > количество занятий по спортивным играм и прикладной физической культуре – 2 раза в неделю

ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОМУ ТУРУ

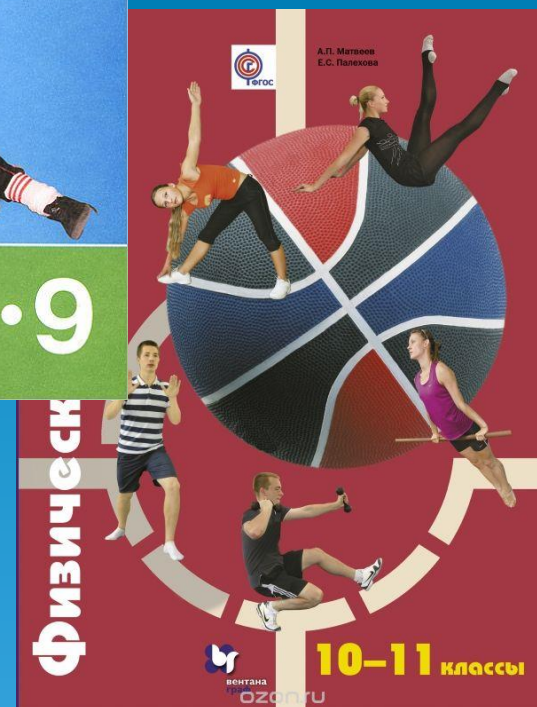
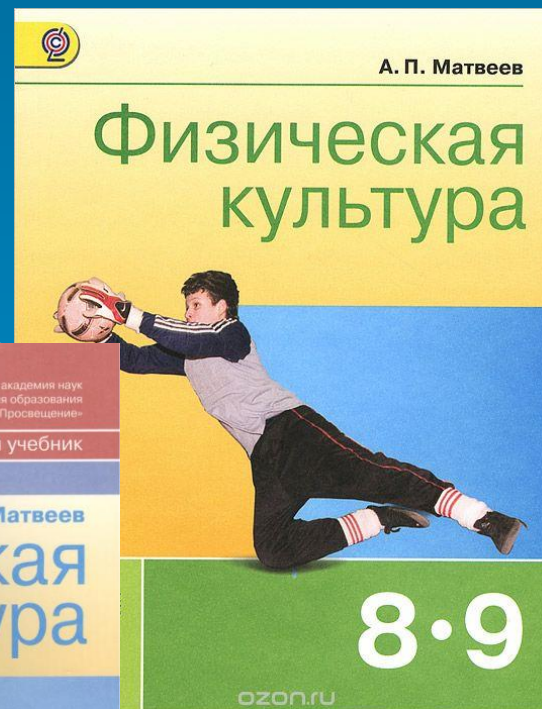
А. Паршиков



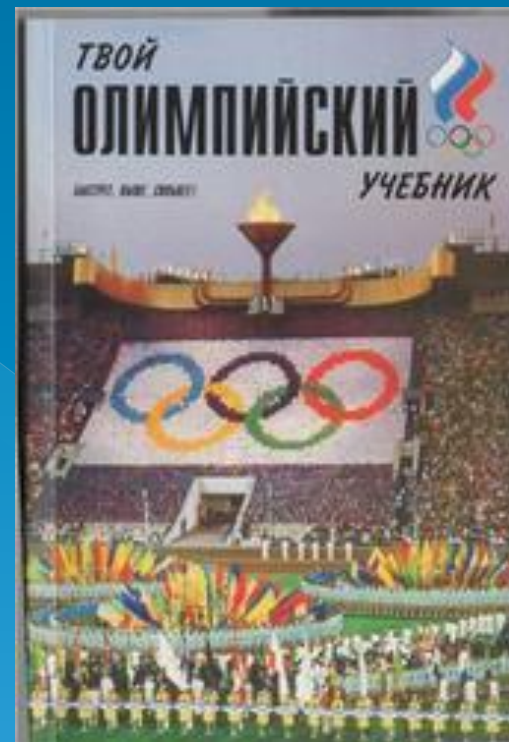
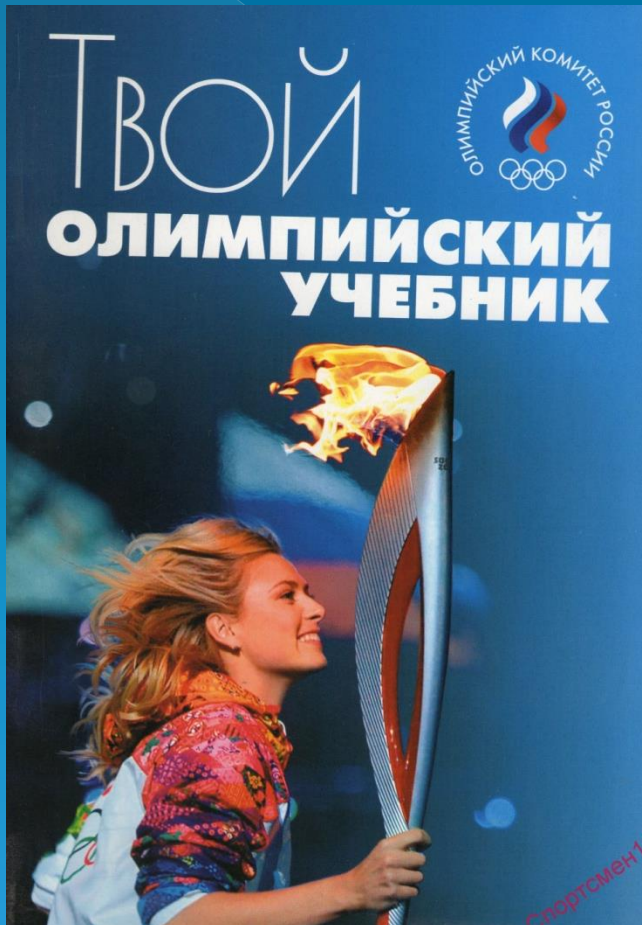
В. Лях



А. Матвеев

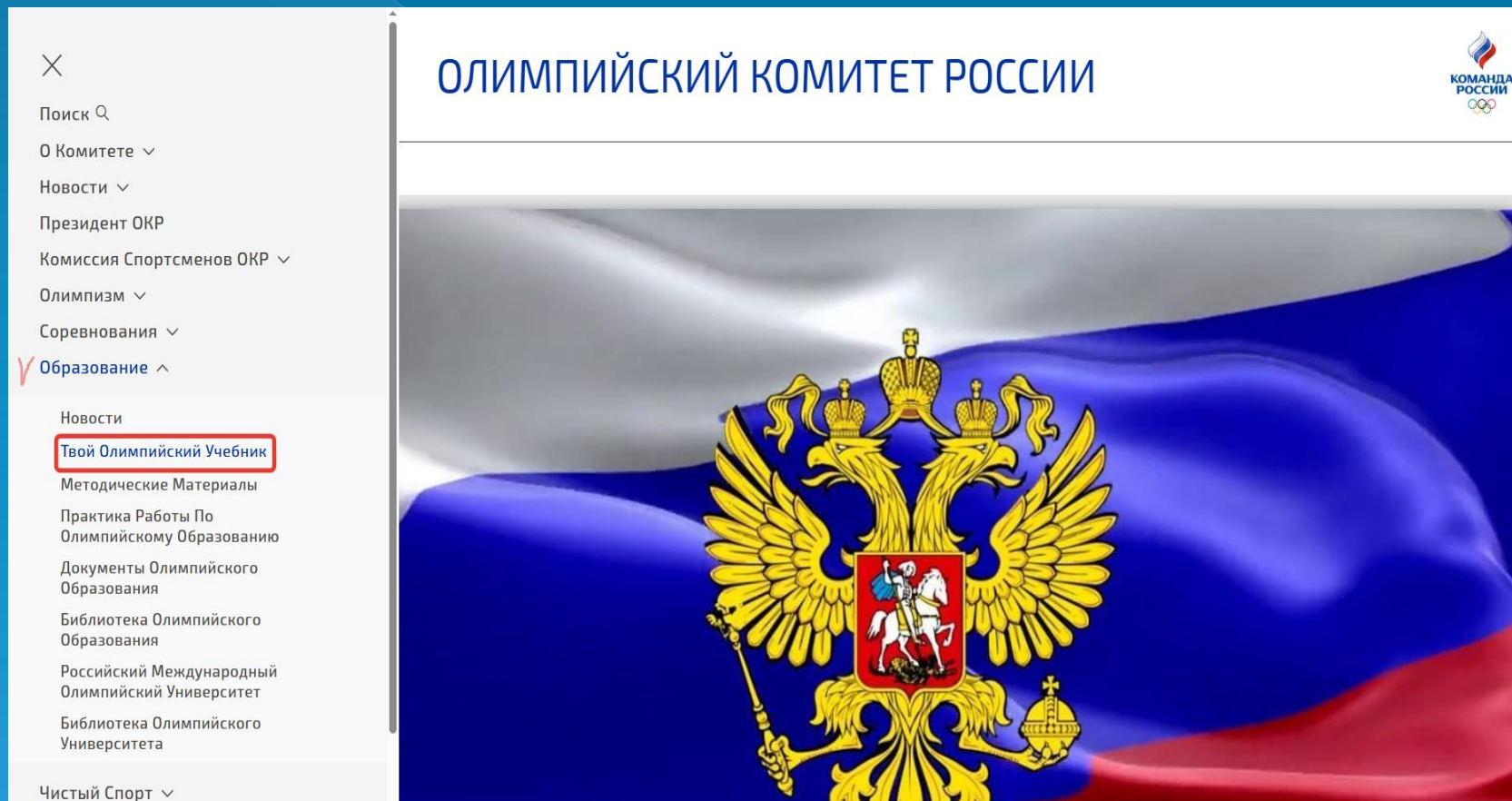


В. Родиченко



olympic.ru

«Твой олимпийский учебник»



Ссылки на материалы:

<http://fk.mosolymp.ru>

<https://всош.цпм.рф/>

<https://цпм.рф/>



Вопросы можно задать на
e-mail: fk@mosolymp.ru

Желаем успехов на этапах олимпиады!

Высокие результаты позволят вашим
обучающимся
получить возможность выступить
на Всероссийском уровне
за сборную команду города Москвы!

