

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ
по предмету «Физическая культура»
Школьный этап 2025-26 уч. года
9-11 классы

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 6 групп:

1. Задания в закрытой форме №№ 1-10, то есть с предложенными вариантами ответов.

Задания № 1-10 представлены в форме незавершенных утверждений, которые при завершении могут оказаться либо истинными, либо ложными. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильное завершение из предложенных вариантов. Правильным является то, которое наиболее полно соответствует смыслу утверждения. Ряд заданий оценивается, если отмечены все зачетные варианты. Это условие указано в задании («Отметьте все позиции»). Выбранные варианты отмечаются зачеркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в» или «г», например:

№ вопроса	Варианты ответов				№ вопроса	Варианты ответов			
	а	б	в	г		а	б	в	г
1	X				6		X		
2		X			7			X	
3		X			8	X			
4			X		9			X	X
5	X				10	X	X		

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 №№ 11-12, то есть без предложенных вариантов ответов. При выполнении этих заданий необходимо самостоятельно подобрать определения (слова), которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подобранные определения записывайте в соответствующую графу бланка ответов. Записи должны быть разборчивыми.

3. Задания с иллюстрациями в открытой форме № 13-14. При выполнении этих заданий необходимо указать название технических элементов, изображенных на рисунке. Ответы записывайте соответствующую графу бланка ответов. Записи должны быть разборчивыми.

4. Задания на установление соответствия №№ 15-16. При выполнении этих заданий необходимо установить соответствие между позициями двух представленных списков.

5. Задание на выбор верных позиций № 17.

6. Задания-задачи № 18-19. Решения и полные ответы разборчиво записывайте в бланк ответов.

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

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

Время выполнения заданий – 45 минут.

Слова, написанные с ошибками, оцениваются как неверный ответ. Исправления и зачеркивания оцениваются как неверный ответ.

Задания в закрытой форме

1. В долине какой реки праздновались античные Олимпийские игры ...

- а) Алфей
- б) Лусиос
- в) Ладон
- г) Ахерон

(г)

2. Для определения уровня развития какого физического качества используется тест Купера...

- а) ловкость
- б) быстрота
- в) сила
- г) выносливость

(г)

3. Классификация физических упражнений – это...

- а) воздействие на организм средствами, которые делятся по видам
- б) выделение физических упражнений в отдельные группы по какому-либо характерному признаку
- в) количество движений в единицу времени
- г) разрядные нормы и требования по видам спорта

(б)

4. Какой витамин вырабатывается в организме при закаливании солнцем ...

- а) витамин А
- б) витамин С
- в) витамин В
- г) витамин Д

(г)

5. Реакция сердечно-сосудистой системы оценивается как нормальная, если разность частоты сердечных сокращений в положении сидя и стоя составляет:

- А) менее 12 уд./мин;
- Б) до 16 уд./мин;
- В) до 20 уд./мин;
- Г) не более 25 уд./мин.

(Б)

6. Что происходит с пешкой во время игры в шахматы, если она достигает самую дальнюю от исходного положения горизонталь (для белых – восьмая, для чёрных – первая) ...

- а) замена на нового ферзя, ладью, слона или коня того же цвета
- б) блокировка
- в) пат
- г) рокировка

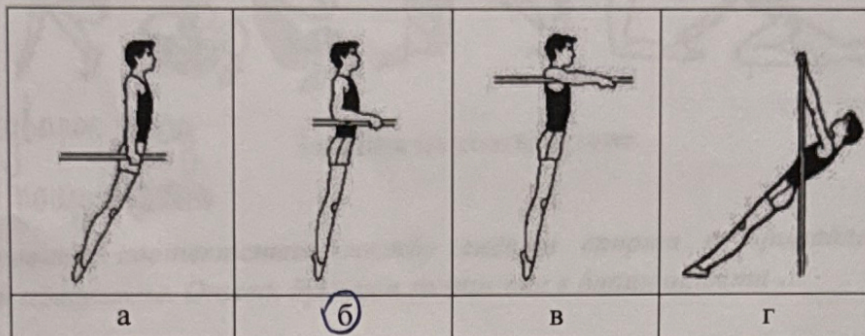
(а)

7. Что из перечисленного относится к показателям объёма физической нагрузки ...

- ☒ а) количество серий выполнения упражнений
- ☐ б) расстояние в прыжке в длину
- ☐ в) координационная сложность упражнения
- ☐ г) скорость бега по дистанции

(+)

8. На каком из рисунков изображен упор на руках? Ответ цифрой запишите в бланк ответов ...



(-)

9. Какие из перечисленных видов гимнастики не являются олимпийскими?

Отметьте все позиции.

- ☒ а) основная гимнастика
- ☐ б) прыжки на батуте
- ☒ в) эстетическая гимнастика;
- ☐ г) спортивная гимнастика.

(+)

10. В каких испытаниях комплекса ГТО время на выполнение теста ограничено...

Отметьте все позиции.

- ☒ а) поднятие туловища из положения лёжа на спине
- ☐ б) стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку
- ☒ в) бег на 60 метров
- ☒ г) плавание

(-)

Задания в открытой форме

11. Спортивная дисциплина в шахматах, в которой каждый игрок должен завершить все ходы в установленное время, составляющее 10 или меньше минут называется...

Блиц

(+)

12. Укажите имя и фамилию спортивного комментатора, заслуженного мастера спорта СССР, 24-кратного чемпиона СССР по теннису, актёра, народного артиста...

Николас Пирер

(+)

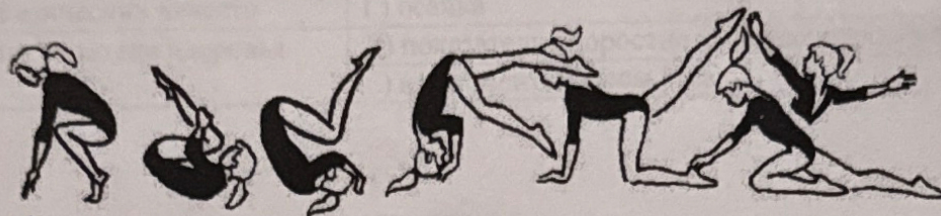
13. Укажите способ передачи мяча, изображённый на рисунке.

(+)



двумя руками от груди.

14. Укажите название акробатического элемента, изображенного на рисунке.



+

кувырок назад
в полуприсяде

Задания на соответствие

15. Установите соответствие между видами спорта и принадлежностью их к олимпийской программе. Ответ буквами запишите в бланк ответа ...

Олимпийские виды спорта		Вид спорта
БВГ	А	Дартс
	Б	Биатлон
	В	Пляжный волейбол
	Г	Настольный теннис
	Д	Лапта

+

16. Установите соответствие между максимальным количеством игроков в каждой команде (на игровом поле или площадке, в бассейне) во время игры и видом спорта. Ответ буквами запишите в бланк ответов.

Вид спорта		Количество игроков	
1	Баскетбол	А	3
2	Водное поло	Б	4
3	Волейбол	В	5
4	Гандбол	Г	6
5	Голбол	Д	7
6	Пляжный футбол	Е	8
7	Регби-7	Ж	9
8	Стритбол	З	10
9	Флорбол	И	11
10	Хоккей на траве	К	12

+

Задание на выбор верных позиций

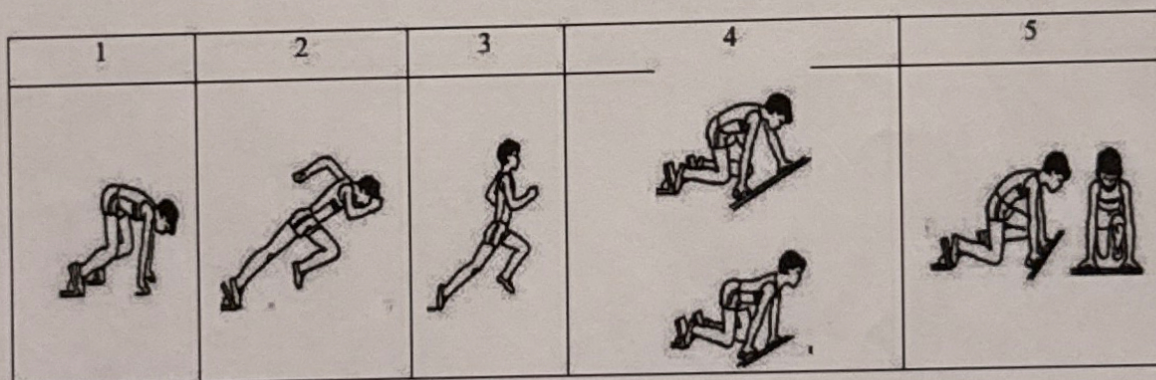
17. Установите соответствие показателей по группам

1) показатели телосложения	А) показатели пассивной гибкости
	Б) жизненная емкость легких
2) показатели развития физических качеств	В) силовой индекс/кистевая динамометрия
	Г) осанка
3) показатели здоровья	Д) показатели скоростно-силовых способностей
	Е) компоненты массы тела

18. Представьте в виде последовательности виды спорта по мере их возникновения

- А) волейбол
- Б) киберспорт
- В) панкратион
- Г) сноуборд
- Д) баскетбол
- Е) гандбол

19. Укажите в правильной последовательности название команд при выполнении низкого старта и определите правильное изображение, соответствующее этой команде.



20. Из предложенного списка определите виды спорта, требующих преимущественного проявления выносливости, координационных способностей и силы. Ответ цифрами запишите в соответствующую клетку в бланке ответов.

- | | |
|----------------------|------------------------------|
| 1. Армрестлинг | 6. Прыжки на батуте |
| 2. Горнолыжный спорт | 7. Спортивное ориентирование |
| 3. Лыжные гонки | 8. Триатлон |
| 4. Пауэрлифтинг | 9. Тяжелая атлетика |
| 5. Прыжки в воду | 10. Фигурное катание |

**ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ
Школьный этап 2025-26 уч. г.
9-11 классы**

Бланк ответов

1	a
2	1
3	6
4	2
5	6
6	a
7	a
8	ab 6
9	abz ab
10	близ abz
11	Николас Оуэрс близ
12	Две руки от руки Николас Оуэрс
13	Кубок надув в поединке Две руки
14	Кубок надув в поединке
18	В Е Д А Р В

15	1	2	3	4	5
	B				

16	1	2	3	4	5	6	7	8		9	10
	В	Д	Г	Д	А	В	Д	А	Ж	Г	И

17. Каждое верное утверждение этой группы оценивается в 1 балл

1	2	3
Г Е	А В Д	Б

(+)

19. За верно указанную последовательность – 2 балла

1	2	3	4	5
B 1	Д 4	Ж 2	Ж 5	3

(+)

20	Выносливость	Координационные способности	Сила
	378	2 5 6 10	149

(+)