

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ
по предмету «Физическая культура»
Школьный этап 2025-26 уч. года
5-6 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 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 каком году проводились первые Античные олимпийские игры ...

- а) 776 н.э.
- ☒ б) 776 до н.э.
- в) 1896 н.э.
- г) 393 до н.э.

Ⓐ

2. Что из перечисленного является физическим качеством человека ...

- а) трудолюбие
- б) гибкость
- ☒ в) сообразительность
- г) здоровье

Ⓐ

3. Какой снаряд используется для метания на уроках физической культуры в школе ...

- а) баскетбольный мяч
- б) волейбольный мяч
- в) футбольный мяч
- ☒ г) теннисный мяч

Ⓐ

4. Какой способ прыжка в высоту считается наиболее результативным ...

- ☒ а) перешагивание
- б) фосбери-флоп
- в) перекидной
- г) волна

Ⓐ

5. Согласованное напряжение и расслабление мышц называется ...

- а) нервная координация
- ☒ б) двигательная координация
- в) мышечная координация
- г) координационные способности

Ⓐ

6. При сдаче испытания «подтягивание» комплекса ГТО оценивают ...

- ☒ а) время, за которое обучающийся выполняет подтягивание
- б) количество повторений за 30 секунд
- в) общее количество повторений
- г) правильность выполнения подтягивания

Ⓐ

7. Основными принципами правильного питания являются...

а) соблюдение диет

б) не переедать на ночь, не есть вредные продукты, соблюдать диету

в) рациональность, сбалансированность, разнообразие, соблюдение режима

г) сбалансированность, калорийность, наличие витаминов и микроэлементов

8. Ослабление мышечной деятельности организма в результате малоподвижного образа жизни...

а) гипотония

б) гликогликемия

в) гипокинезия

г) гиподинамия

9. При выполнении подъёмов и спусков на лыжах используются термины...

Отметьте все позиции.

а) ступеньки

б) лесенка

в) ступор

г) плуг

10. Какой из видов спорта относится к игровым. Отметьте все позиции ...

а) волейбол

б) лёгкая атлетика

в) флорбол

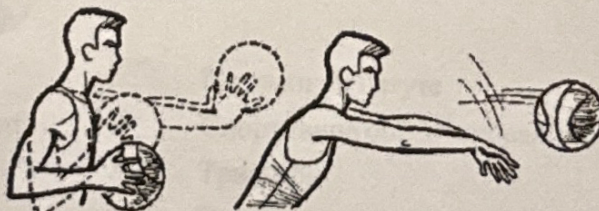
г) керлинг

Задания в открытой форме

11. Величина воздействия физических упражнений на организм занимающихся, называется... *Адаптационная нагрузка*

12. Занимающийся, стоящий в колонне первым называется... *Направитель колонны*

13. Укажите способ передачи мяча, изображённый на рисунке.



14. Наиболее рациональный способ выполнения двигательного действия... *техника*

Задания на соответствие

15. Установите соответствие понятий и определений. Сопоставьте название элемента и вида спорта, где он используется ...

	Элемент		Вид спорта
1	«Аксель»	А	Футбол
2	«Финт»	Б	Борьба
3	«Захват»	В	Фигурное катание

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. 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 |

18. Какой олимпийский вид спорта изображён на пиктограмме?

плавание



19. Вид спорта, в котором игроки располагаются на противоположных сторонах разделённой сеткой площадки и перекидывают волан через сетку ударами ракеток, стремясь «приземлить» волан на стороне противника и не допустить, чтобы он упал на собственное поле.

Вы выполнили задание.

Поздравляем!

Бланк ответов

1	δ
2	ρ
3	τ
4	A
5	δ
6	α
7	β
8	δ
9	A
10	α, τ
11	коррели
12	корреляционный
13	—
14	техника
18	критерии
19	—

15	1	2	3
			

[illegible][illegible]