

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА. 2025–2026 уч. г.
МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП. 9–11 классы

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР

Максимальный балл за работу – 54.

1. В каком виде спорта используется мяч, изображённый на рисунке?

а) водное поло

б) гандбол

в) американский футбол

г) страйкбол



В каком виде спорта используется мяч, изображённый на рисунке?

а) регби

б) гандбол

в) водное поло

г) страйкбол



2. Какие лыжные ходы используют спортсмены в соревнованиях по лыжным гонкам?

а) классический и коньковый

б) классический и вольный

в) классический и свободный

г) коньковый и свободный

Какие виды стрельбы используются на соревнованиях по биатлону?

а) в движении и неподвижно

б) из пистолета и из винтовки

в) из положения лёжа и стоя

г) из положения сидя и стоя

3. В каком виде спорта движение спортсменов происходит спиной вперёд по ходу движения?

а) скелетон

б) академическая гребля

в) сапсёрфинг

г) гребной слалом

В каком виде спорта движение спортсменов происходит головой вперёд?

а) скелетон

б) академическая гребля

в) сапсёрфинг

г) санный спорт

4. Кто является автором олимпийской хартии?

а) Деметриус Викелас

б) Хуан Антонио Самаранч

в) Пьер де Кубертен

г) Анри Дидон

Кто является автором произведения «Ода спорту»?

а) Деметриус Викелас

б) Хуан Антонио Самаранч

в) Пьер де Кубертен

г) Анри Дидон

Кто является автором слов девиза «БЫСТРЕЕ, ВЫШЕ, СИЛЬНЕЕ!»?

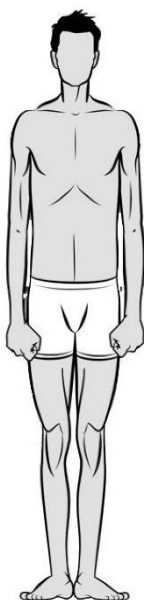
а) Деметриус Викелас

б) Хуан Антонио Самаранч

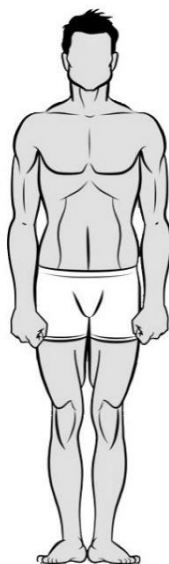
в) Пьер де Кубертен

г) Анри Дидон

5. Укажите астенический (экторморфный) тип телосложения.



А

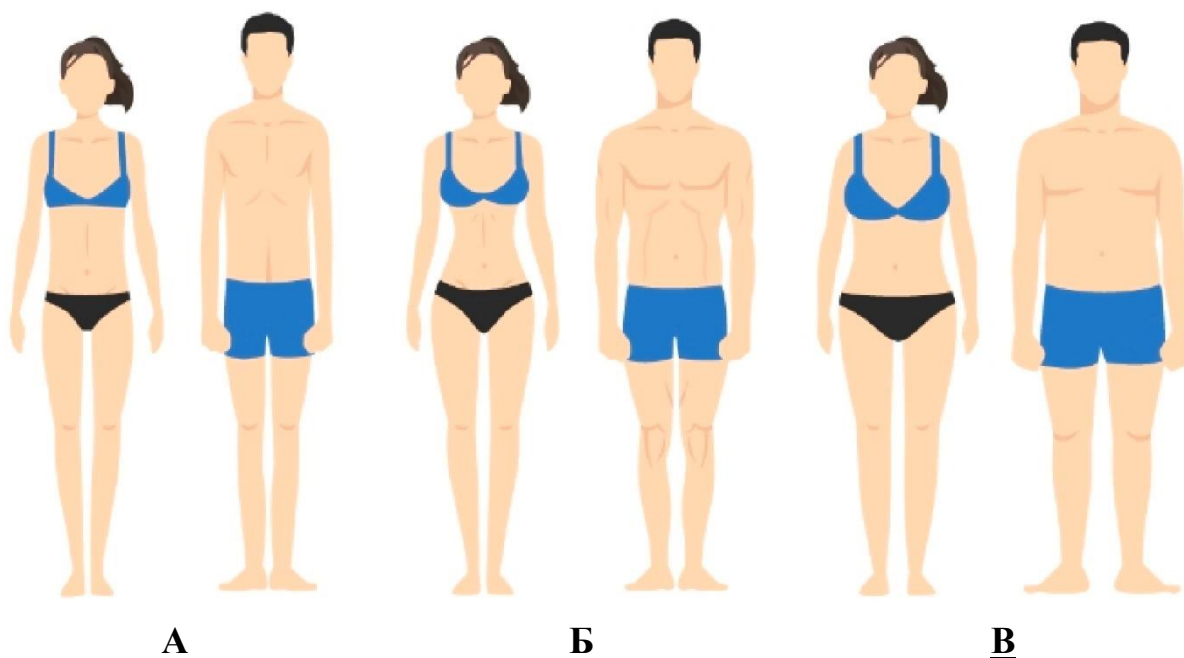


Б

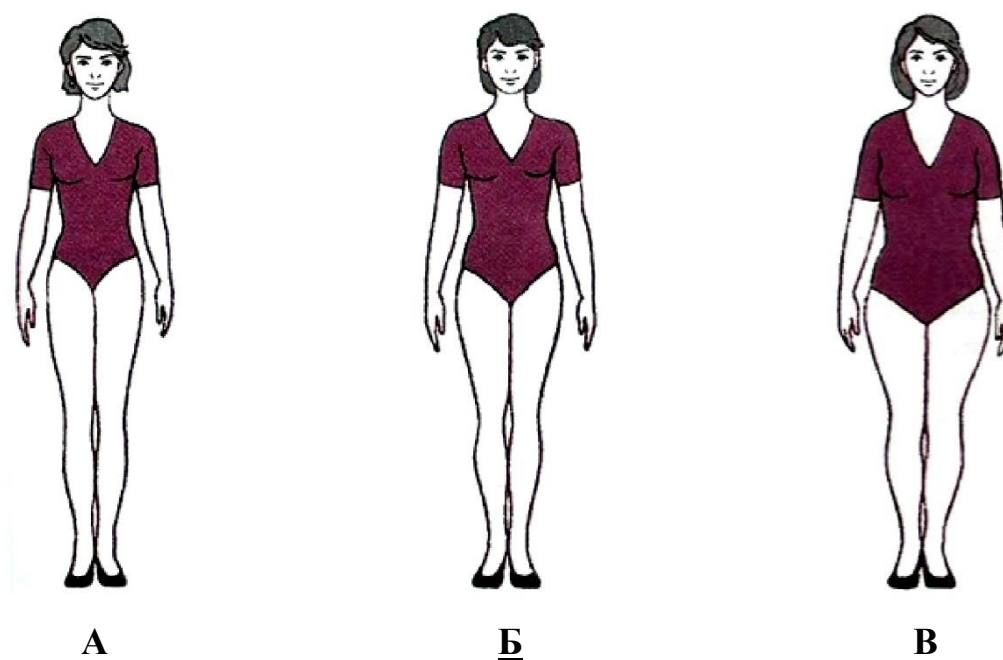


В

Укажите гиперстенический (эндоморфный) тип телосложения.



Укажите нормостенический (мезоморфный) тип телосложения.



6. Спортсмен выполняет прыжки на возвышенность в течение 1 минуты. Какая двигательная способность проявляется при этом?

- а) скоростная выносливость
- б) силовая выносливость
- в) координационная выносливость
- г) скоростно-силовая выносливость**

Спортсмен выполняет повороты вокруг своей оси в течение 1 минуты. Какая двигательная способность проявляется при этом?

- а) скоростная выносливость
- б) силовая выносливость
- в) координационная выносливость**
- г) скоростно-силовая выносливость

7. Выберите имя римского императора, запретившего проведение Олимпийских игр античности в 394 г.

- а) Феодор
- б) Феоктист
- в) Феодосий**
- г) Феофан

Укажите имя римского императора, запретившего проведение Олимпийских игр античности в 394 г.

- а) Феликс
- б) Феодосий**
- в) Феодор
- г) Филарет

8. В каком виде единоборств нет весовых категорий?

- а) дзюдо
- б) самбо
- в) бокс
- г) фехтование**

В каком виде спорта выделяют весовые категории?

- а) горнолыжный спорт
- б) легкая атлетика
- в) греко-римская борьба**
- г) автоспорт

9. Потребление каких питательных веществ в первую очередь необходимо увеличить при тренировочной направленности на воспитание выносливости?

- а) белки
- б) жиры
- в) углеводы**
- г) витамины

Потребление каких питательных веществ в первую очередь необходимо увеличить при тренировочной направленности на воспитание силы?

а) белки

б) жиры

в) углеводы

г) витамины

10. Какие виды прыжков относят к разделу школьной программы «Лёгкая атлетика»?

а) прыжок в высоту с разбега

б) прыжки со скакалкой

в) опорный прыжок

г) прыжок с шестом

Какие виды прыжков не относят к разделу школьной программы «Лёгкая атлетика»?

а) прыжок в длину с места

б) прыжок в высоту с разбега

в) опорный прыжок

г) прыжок в длину с разбега

11. В каких видах спорта оценка соревновательной деятельности более субъективна?

а) циклические виды спорта

б) игровые виды спорта

в) единоборства

г) сложно-координационные виды спорта

В каких видах спорта оценка соревновательной деятельности наиболее объективна?

а) циклические виды спорта

б) игровые виды спорта

в) единоборства

г) сложно-координационные виды спорта

12. В каком виде спорта команда зарабатывает очки при попадании мяча в ворота?

а) баскетбол

б) волейбол

в) хоккей

г) регби

В каком виде спорта команда зарабатывает очки при приземлении мяча в зачётном поле соперника?

- а) гандбол
- б) флорбол
- в) хоккей с мячом
- г) регби**

13. Луза – это

- а) один из шести сетчатых мешочков у борта бильярдного стола**
- б) углубление на поле для гольфа, в которое загоняется мяч
- в) страховочный пояс, применяемый для обеспечения безопасности в процессе обучения сложным упражнениям в различных видах спорта
- г) молочная кислота или её соль

Лунка – это

- а) один из шести сетчатых мешочков у борта бильярдного стола
- б) углубление на поле для гольфа, в которое загоняется мяч**
- в) страховочный пояс, применяемый для обеспечения безопасности в процессе обучения сложным упражнениям в различных видах спорта
- г) молочная кислота или её соль

14. Что из перечисленного относится к национальным видам спорта?

- а) самбо
- б) художественная гимнастика
- в) мас-рестлинг**
- г) рафтинг

Что из перечисленного относится к национальным видам спорта?

- а) лапта
- б) синхронное плавание
- в) керешу**
- г) шахбокс

15. Какова цель спорта высших достижений?

- а) максимальный фонд двигательных умений и навыков
- б) наилучший уровень развития физических качеств
- в) физическое совершенство
- г) максимальная реализация человеческих возможностей**

На что направлена физическая культура?

- а) на гармоничное физическое развитие
- б) на всестороннюю общую физическую подготовленность
- в) на физическое совершенство**
- г) на обширный фонд двигательных умений и навыков

16. Что из представленного относится к статическим упражнениям?

- а) ходьба на месте
- б) из виса на перекладине подъём ног
- в) стоя на одной ноге руками
- г) стойка на одной**

Что из представленного относится к статическим упражнениям?

- а) упор лёжа на предплечьях**
- б) бег на месте
- в) из упора лёжа сгибание рук
- г) в упоре стоя подъёмы на носки

17. Какие выделяют формы проявления гибкости? Отметьте все позиции.

- а) активная**
- б) быстрая
- в) медленная
- г) базовая
- д) дополнительная
- е) относительная
- ж) пассивная**
- и) абсолютная
- к) специальная
- л) основная

Какие выделяют виды выносливости? Отметьте все позиции.

- а) активная
- б) быстрая
- в) общая**
- г) базовая
- д) дополнительная
- е) относительная
- ж) пассивная
- и) абсолютная
- к) специальная**
- л) основная

18. Что из перечисленного относится к основным задачам, решаемым в процессе физического воспитания? Отметьте все позиции.

- а) овладение специальными физкультурно-спортивными знаниями**
- б) формирование двигательных умений и навыков, необходимых в жизни**
- в) формирование правильной осанки**
- г) исследование поведения и психики человека
- д) развитие критического мышления
- е) воспитание физических качеств и способностей**

Что из перечисленного относится к основным задачам, решаемым в процессе физического воспитания? Отметьте все позиции.

- а) воспитание потребности самостоятельно заниматься физическими упражнениями**
- б) профилактика плоскостопия**
- в) овладение специальными профессиональными знаниями
- г) исследование методов познания и мышления
- д) воспитание физических качеств и способностей**
- е) повышение работоспособности**

19. В каком виде спорта «стойка на руках» является соревновательным упражнением? Отметьте все позиции.

- а) спортивная гимнастика**
- б) синхронное плавание
- в) прыжки в воду**
- г) фигурное катание

В каком виде спорта «шпагат» является соревновательным упражнением? Отметьте все позиции.

- а) спортивная гимнастика**
- б) синхронное плавание**
- в) прыжки в воду
- г) прыжки на батуте

20. Какие игровые виды спорта входят в программу Олимпийских зимних игр? Отметьте все позиции.

- а) хоккей**
- б) хоккей с мячом
- в) шорт-трек
- г) банди
- д) кёрлинг**
- е) горнолыжный спорт

Выберите дисциплины, входящие в состав лыжного двоеборья. Отметьте все позиции.

- а) могул
- б) гигантский слалом
- в) прыжки на лыжах с трамплина**
- г) лыжные гонки**
- д) горнолыжный спорт
- е) скоростной спуск

21. В каком году пройдут Игры XXXV Олимпиады?

Ответ: 2032.

В каком году пройдут Игры XXXVI Олимпиады?

Ответ: 2036.

22. В каком городе пройдут Игры XXXV Олимпиады? В ответ запишите только одно слово в единственном числе, именительном падеже.

Ответ: Брисбен.

В каком городе пройдут Игры XXXIV Олимпиады? В ответ запишите только одно слово в единственном числе, именительном падеже.

Ответ: Лос-Анджелес.

23. Как называется разновидность стрелкового спорта, где стрельба ведётся на открытых стрельбищах из гладкоствольных ружей по летящим мишеням-тарелочкам.

Ответ: стендовая стрельба.

Моторное, парусно-моторное или парусное судно, предназначенное для спортивных или туристических целей. В ответ запишите только одно слово в единственном числе, именительном падеже.

Ответ: яхта.

24. Как называют перемещение различными способами по пересечённой местности? В ответ запишите только одно слово в единственном числе, именительном падеже.

Ответ: кросс.

Как в спорте называется переменный бег – бег со сменой скоростей? В ответ запишите только одно слово в единственном числе, именительном падеже.

Ответ: фартлек.

25. Напишите фамилию министра спорта Российской Федерации.

Ответ: Дегтярев/Дегтярёв.

Напишите фамилию президента Олимпийского комитета России.

Ответ: Дегтярев/Дегтярёв.

26. Укажите год до нашей эры проведения вторых античных Олимпийских игр.

Ответ: 772.

Укажите год (до н.э.) проведения третьих античных Олимпийских игр.

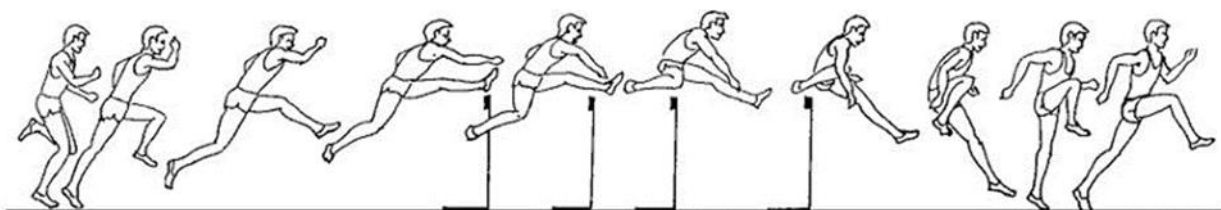
Ответ: 768.

27. Запишите название физического упражнения, представленного на рисунке.



Ответ: рывок гири.

Запишите название физического упражнения, представленного на рисунке.



Ответ: барьерный бег / бег с барьерами.

28. Установите соответствие между видами спорта со схожей соревновательной спецификой.

бокс	флорбол
волейбол	боулинг
настольный теннис	кулачный бой
пауэрлифтинг	тяжёлая атлетика
городошный спорт	пионербол
хоккей с мячом	бадминтон

Ответ

бокс	кулачный бой
волейбол	пионербол
настольный теннис	бадминтон
пауэрлифтинг	тяжёлая атлетика
городошный спорт	боулинг
хоккей с мячом	флорбол

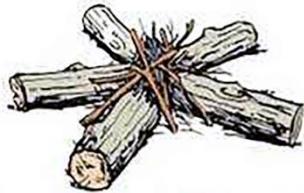
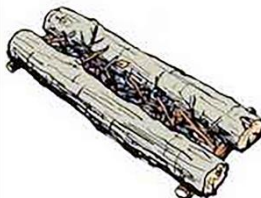
Установите соответствие между понятиями со схожим смысловым значением.

арбитр	атлет
матч	форвард
нарушение	фол
спортсмен	голкипер
вратарь	встреча
нападающий	рефери

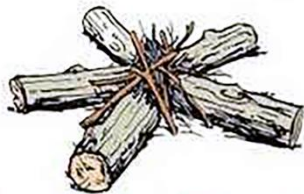
Ответ

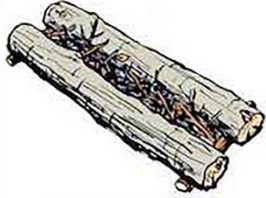
арбитр	рефери
матч	встреча
нарушение	фол
спортсмен	атлет
вратарь	голкипер
нападающий	форвард

29. Для выполнения вида испытания комплекса ГТО «Туристский поход с проверкой туристских навыков» необходимо преодолеть дистанцию в соответствии с требованиями к уровню физической подготовленности и продемонстрировать владение туристскими навыками, например, таким навыком как «Разведение костра (без учёта времени на заготовку дров)». Сопоставьте описание костра с его изображением.

Яркое пламя и много выделяемого тепла, идеален для сушки вещей, приготовления еды и освещения стоянки, необходимо наличие большого запаса дров	
Костёр относится к жаровым, очень долго горит, служит для обогрева во время ночёвки, не требует постоянного подкладывания дров	
Благодаря хорошему доступу воздуха к огню дрова горят равномерно и долго, образуется много углей, которые создают высокую температуру, необходимую для быстрого приготовления пищи и высыхания одежды	
Не даёт большого пламени, зато костёр экономичен, позволяет долго поддерживать огонь, требует продвижения брёвен к центру по мере их выгорания	

Ответ

Не даёт большого пламени, зато костёр экономичен, позволяет долго поддерживать огонь, требует продвижения брёвен к центру по мере их выгорания	
Благодаря хорошему доступу воздуха к огню дрова горят равномерно и долго, образуется много углей, которые создают высокую температуру, необходимую для быстрого приготовления пищи и высыхания одежды	

Яркое пламя и много выделяемого тепла, идеален для сушки вещей, приготовления еды и освещения стоянки, необходимо наличие большого запаса дров	
Костёр относится к жаровым, очень долго горит, служит для обогрева во время ночёвки, не требует постоянного подкладывания дров	

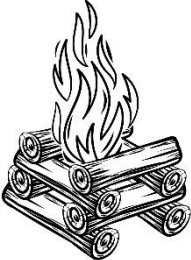
Для выполнения вида испытания комплекса ГТО «Туристский поход с проверкой туристских навыков» необходимо преодолеть дистанцию в соответствии с требованиями к уровню физической подготовленности и продемонстрировать владение туристскими навыками, например, таким навыком как «Разведение костра (без учёта времени на заготовку дров)».

Сопоставьте описание костра с его изображением.

Яркое пламя и много выделяемого тепла, идеален для сушки вещей, приготовления еды и освещения стоянки, необходимо наличие большого запаса дров	
Используется зимой, такое размещение не позволит снегу подтаять и просесть, утопив костёр	
Благодаря хорошему доступу воздуха к огню дрова горят равномерно и долго, образуется много углей, которые создают высокую температуру, необходимую для быстрого приготовления пищи и высыхания одежды	

Костёр невидим и даёт много углей и золы, используется во время дождя и сильного ветра	
--	---

Ответ:

Костёр невидим и даёт много углей и золы, используется во время дождя и сильного ветра	
Благодаря хорошему доступу воздуха к огню дрова горят равномерно и долго, образуется много углей, которые создают высокую температуру, необходимую для быстрого приготовления пищи и высыхания одежды	
Яркое пламя и много выделяемого тепла, идеален для сушки вещей, приготовления еды и освещения стоянки, необходимо наличие большого запаса дров	
Используется зимой, такое размещение не позволит снегу подтаять и просесть, утопив костёр	

30. Запишите правильную последовательность физических упражнений в комплексе общеразвивающих упражнений в подготовительной части урока.

- А) круговые движения руками
- Б) выпады вперёд
- В) круговые движения тазом
- Г) наклоны головы
- Д) прыжки на одной ноге
- Е) наклоны в стороны

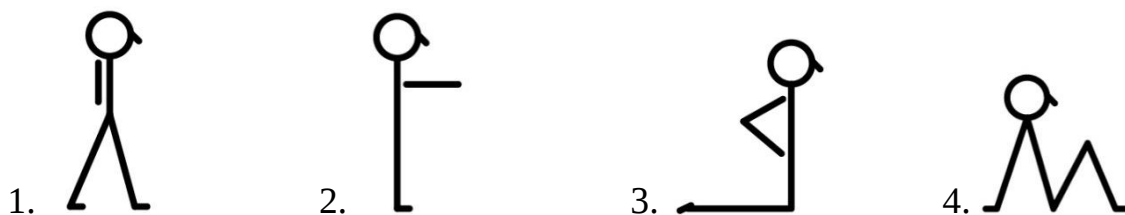
Ответ: Г-А-Е-В-Б-Д

Запишите правильную последовательность физических упражнений в комплексе общеразвивающих упражнений в подготовительной части урока.

- А) наклоны вперёд
- Б) повороты головы
- В) круговые движения тазом
- Г) рывки руками
- Д) прыжки
- Е) приседания

Ответ: Б-Г-А-В-Е-Д

31. Сопоставьте графическую и текстовую запись гимнастических положений.

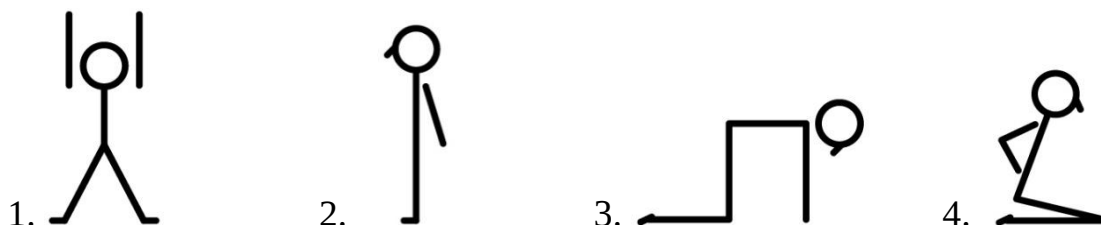


- А) стойка ноги врозь
Б) стойка руки вперёд
В) сед на пятках руки на поясе
Г) сед
Д) стойка ноги врозь правой/левой
Е) сед согнув ноги
Ж) стойка ноги врозь руки сзади
З) упор
И) руки вперёд
К) стойка на коленях руки на поясе

Ответ

1	2	3	4
<u>Д</u>	<u>Б</u>	<u>К</u>	<u>Е</u>

Сопоставьте графическую и текстовую запись гимнастических положений.



- А) стойка ноги врозь
Б) стойка руки вверх
В) сед на пятках руки на поясе
Г) сед руки на поясе
Д) упор стоя на коленях
Е) сед согнув ноги
Ж) руки назад
З) упор стоя
И) стойка руки назад
К) стойка ноги врозь руки вверх

Ответ:

1	2	3	4
<u>К</u>	<u>И</u>	<u>Д</u>	<u>В</u>

32. Задача

В таблице представлены нормативы 1 разряда в беге на различные дистанции. Вычислите на какой дистанции спортсмен выполнил 1 разряд, если его средняя дистанционная скорость составила 8,7 м/с и он превысил необходимый результат не более, чем на 0,1 с.

дистанция	100 м	<u>200 м</u>	300 м	400 м	600 м	800 м	1000 м
норматив	11,1 (с)	23,0 (с)	36,2 (с)	51,7 (с)	1:23,4 (мин:с)	1:59,0 (мин:с)	2:36,9 (мин:с)

В таблице представлены нормативы 1 разряда в беге на различные дистанции. Вычислите на какой дистанции спортсмен выполнил 1 разряд, если его средняя дистанционная скорость составила 8,29 м/с и он превысил необходимый результат не более, чем на 0,1 с.

дистанция	100 м	200 м	<u>300 м</u>	400 м	600 м	800 м	1000 м
норматив	11,1 (с)	23,0 (с)	36,2 (с)	51,7 (с)	1:23,4 (мин:с)	1:59,0 (мин:с)	2:36,9 (мин:с)

В таблице представлены нормативы 1 разряда в беге на различные дистанции. Вычислите на какой дистанции спортсмен выполнил 1 разряд, если его средняя дистанционная скорость составила 7,74 м/с и он превысил необходимый результат не более, чем на 0,05 с.

дистанция	100 м	200 м	300 м	<u>400 м</u>	600 м	800 м	1000 м
норматив, мин:с	11,1 (с)	23,0 (с)	36,2 (с)	51,7 (с)	1:23,4 (мин:с)	1:59,0 (мин:с)	2:36,9 (мин:с)

Критерии оценивания

№№ 1–17. Задания в закрытой форме, т. е. с предложенными вариантами ответов. При выполнении этих заданий необходимо выбрать единственный правильный вариант из предложенных. Каждое правильно выполненное задание оценивается в **1 балл**, неправильно выполненное задание – **0 баллов**.

№№ 18–20. Задания в закрытой форме, т. е. с предложенными вариантами ответов. При выполнении этих заданий необходимо выбрать все правильные варианты из предложенных. Полный правильный ответ оценивается в **1 балл**, если в ответе содержится хотя бы одна неверная позиция, то ответ считается неверным и оценивается в **0 баллов**.

№№ 21–27. Задания в открытой форме, т. е. без предложенных вариантов ответов. При выполнении задания этого блока необходимо самостоятельно подобрать слово, чтобы получилось верное утверждение. Правильное утверждение оценивается в **2 балла**, неправильное – **0 баллов**.

№№ 28, 29, 31. Задания на соответствие. Каждое правильное утверждение этой группы оценивается в **1 балл**, неправильное – **0 баллов**. № 28 максимум 6 баллов, № 29 – 4 балла, № 31 – 4 балла.

№ 30. Задание на правильное описание последовательности действий при выполнении упражнения. Полностью правильно выполненное задание оценивается в **3 балла**, неправильное – **0 баллов**.

№ 32. Задача. Правильный ответ оценивается в **3 балла**, неправильный – **0 баллов**.

Максимальный балл за работу – 54.