ЗОЛОТОЕ СЕЧЕНИЕ
ФОНД ПОДДЕРЖКИ ТАЛАНТЛИВЫХ ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ

ВСОШ

Разбор теоретико-методических заданий муниципального этапа всероссийской олимпиады школьников по физической культуре для 9-11 классов

2026/2027 учебного года в Свердловской области



Разработчик –
Семёнова Галина Ивановна,
доцент УрФУ

Теоретико-методическое задание

Задания объединены в 7 групп:

I. **Задания в закрытой форме с выбором одного правильного ответа и с множественным выбором ответов.**

II. **Задания в открытой форме.**

III. **Задание на установление соответствия между понятиями.**

IV. **Задание на установление последовательности в определении понятий и действий.**

V. **Задание с иллюстрациями или графическими изображениями двигательных действий.**

VI. **Задание-кроссворд.**

VII. **Задание-задача.**

Всего заданий 27. Время выполнения всех заданий – 45 минут. Максимальное количество баллов 51.



Задания в закрытой форме с выбором одного правильного ответа

При выполнении этих заданий необходимо указать один правильный вариант из предложенных.

Правильный ответ оценивается в 1 балл, неверный ответ, а также несколько ответов (в том числе верный) или все ответы – 0 баллов.

1. В какой стране проводились XXII летние Олимпийские игры?

а) во Франции

б) в США

в) в Германии (ГДР)

г) в России (СССР)



Задания в закрытой форме с выбором одного правильного ответа

2. Что означает олимпийская традиция «Экехейрия»?

а) кулачный бой с борьбой

б) священный праздник в честь богини плодородия

в) соревнования атлетов по особой программе

г) священное перемирие во время Олимпийских игр

3. В каком году были разработаны и утверждены основы Олимпийской хартии?

а) в 1991 г.

б) в 1912 г.

в) в 1980 г.

г) в 1894 г.



Задания в закрытой форме с выбором одного правильного ответа

4. С какого цвета начинается последовательность колец в логотипе Международного олимпийского движения?

а) красный

б) жёлтый

в) черный

г) зелёный

д) синий

5. Сколько человек у одной баскетбольной команды может одновременно находиться на игровой площадке?

а) 4

б) 5

в) 7

г) 6



Задания в закрытой форме с выбором одного правильного ответа

6. Какую задачу решают упражнения: ходьба на носках, на пятках и на внешней стороне стопы?

а) профилактика плоскостопия

б) воспитание способности поддерживать равновесие

в) профилактика нарушений осанки

г) всё вышеперечисленное

7. Какое из упражнений является скоростно-силовым?

а) становая тяга

б) упор лёжа

в) прыжок в длину

г) кувырок вперёд



Задания в закрытой форме с выбором одного правильного ответа

8. Как называется способ применения, использования физического упражнения?

а) техника

б) умение

в) метод

г) принцип

9. К какому игровому виду спорта относится термин «прессинг»?

а) волейбол

б) футбол

в) теннис

г) бокс



Задания в закрытой форме с выбором одного правильного ответа

10. К какому физическому качеству относится способность сохранять равновесие?

а) ловкость

б) сила

в) гибкость

г) выносливость

11. Какое количество стран могут принять участие в Олимпийских играх?

а) не более 100

б) не более 50

в) количество стран не лимитировано

г) не менее одной страны из каждого континента



Задания в закрытой форме с выбором одного правильного ответа

12. В каком виде спорта одной из дисциплин является плавание?

а) скиатлон

б) дуатлон

в) триатлон

г) биатлон

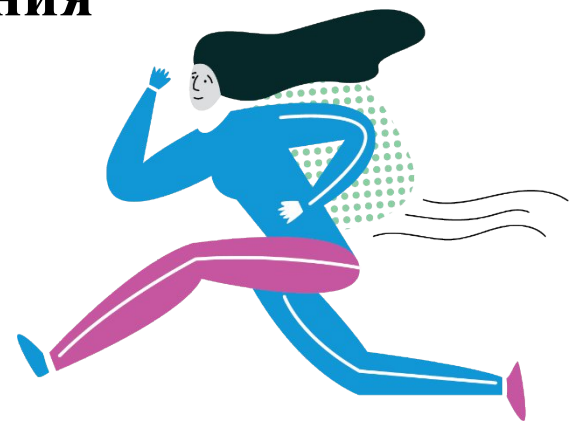
13. Какие упражнения целесообразно использовать для снижения избыточной массы тела?

а) скоростно-силовые

б) циклические

в) статические

г) сложно-координационные



Задания в закрытой форме с множественным выбором ответов

При выполнении этих заданий необходимо выбрать два правильных варианта из предложенных.

Полные правильный ответ оценивается в 1 балл, неправильный – 0 баллов. Если в ответе содержится хотя бы одна неверная позиция, ответ считается неверным.

14. Какой вариант перемещения используется для подъёма в гору на лыжах?

а) плугом

б) ёлочкой

в) лесенкой

г) одновременным бесшажным ходом



Задания в закрытой форме с множественным выбором ответов

15. Какие из перечисленных испытаний входят в блок обязательных для большинства возрастных ступеней комплекса ГТО?

а) наклон вниз из положения стоя на гимнастической скамье

б) плавание 50 м

в) стрельба из пневматической винтовки

г) бег на короткую дистанцию (например, 30 м или 60 м)



Задания в открытой форме

При выполнении этих заданий необходимо самостоятельно внести правильный ответ (слово или выражение) в именительном падеже с маленькой буквы в поле для ответов; сокращения, аббревиатуры – не допускаются.

Правильных ответ оценивается в 2 балла; неверный ответ – 0 баллов.

16. Как называется совокупность телесных свойств человека и обусловленных ими функциональных возможностей, сложившихся к тому или иному этапу индивидуального физического развития. Ответ запишите в соответствующем поле бланка ответов.

физическое состояние



Задания в открытой форме

17. Назовите спортивную игру, в которой два или четыре игрока перекидывают лёгкий мяч через сетку на жёстком столе, используя ракетки, а очко засчитывается, если соперник не может вернуть мяч в пределах игровой поверхности. Ответ запишите в соответствующем поле бланка ответов.

настольный теннис

18. Как называется молекула, которая служит основным источником энергии для всех биохимических процессов в клетке, в том числе для мышечного сокращения. Ответ запишите в соответствующем поле бланка ответов.

АТФ



Задания в открытой форме

19. Назовите физическое качество, при котором человек преодолевает внешнее сопротивление или противодействует ему за счёт мышечного напряжения. Ответ запишите в соответствующем поле бланка ответов.

сила

20. Как называется преждевременное начало бега участником до подачи официального сигнала стартера. Ответ запишите в соответствующем поле бланка ответов.

фальстарт



Задание на установление соответствия между понятиями

Каждое верно указанное соответствие оценивается в 1 балл, неправильное – в 0 баллов.

Максимальное количество баллов за задание 5.

21. Установите соответствие между спортсменами и видами спорта. Ответ запишите в соответствующем поле бланка ответов.

№	ИФ спортсмена	№	Вид спорта
1	Мария Шарапова	А	плавание
2	Антон Шипулин	Б	футбол
3	Алина Загитова	В	биатлон
4	Андрей Аршавин	Г	теннис
5	Юлия Ефимова	Д	фигурное катание

1-Г, 2-В, 3-Д, 4-Б, 5-А



Задание на установление соответствия между понятиями

22. Установите соответствие между упражнениями и физическими качествами, которые они преимущественно развивают. Ответ запишите в соответствующем поле бланка ответов.

№	Упражнение	№	Физические качества
1	Подтягивание на перекладине	А	ловкость
2	Бег на 30 м с максимальной скоростью	Б	сила
3	Наклон вниз из положения стоя на скамье	В	выносливость
4	Прыжки на скакалке 3 минуты в среднем темпе	Г	быстрота
5	Челночный бег 3х10 м	Д	гибкость

1-Б, 2-Г, 3-Д, 4-В, 5-А



Задание на установление последовательности в определении понятий и действий

Вся правильная последовательность оценивается в 2 балла, неправильная – в 0 баллов.

23. Установите правильную последовательность слов в определении понятия гибкость. Правильную последовательность буквами запишите в соответствующем поле бланка ответов.

А) большой

Б) способность

В) счёт

Г) в

Д) амплитудой

Е) это

Ё) и

Ж) с

З) аппарата.

И) эластичности

Й) выполнять

К) суставах

Л) подвижности

М) за

Н) движения

О) мышечно-связочного

Е, Б, Й, Н, Ж, А, Д, М, В, Л, Г, К, Ё, И, О, З



Задание на установление последовательности в определении понятий и действий

24. Установите правильную последовательность при описании физического упражнения.

Правильную последовательность запишите в соответствующем поле бланка ответов.

А) действие
Б) конечное положение
В) исходное положение

В, А, Б



Задание с иллюстрациями или графическими изображениями двигательных действий

25. Напишите названия видов спорта, входящих в программу зимних Олимпийских игр, изображённых на пиктограммах. Название вида спорта запишите в соответствующем поле бланка ответов.

Каждая верно указанная позиция оценивается в 1 балл, неправильная – 0 баллов.

Максимальное количество баллов за задание – 6.

А – биатлон

Б – бобслей

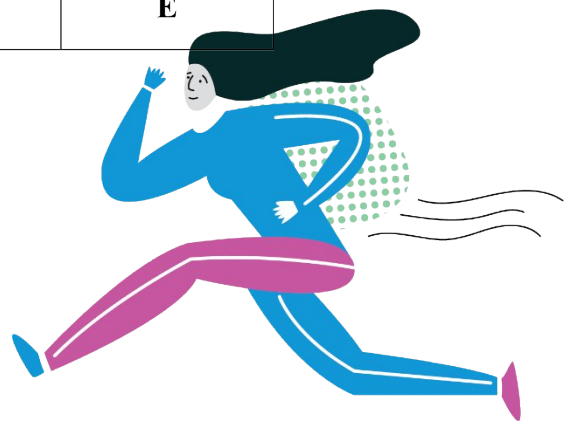
В – кёрлинг

Г – фигурное катание

Д – лыжное двоеборье

Е - хоккей

					
А	Б	В	Г	Д	Е



Задание-кроссворд

26. Решите кроссворд «Комплекс ГТО».
Ключевое слово введите строчными буквами в соответствующее поле бланка ответов.

Правильный ответ – полученное ключевое слово, оценивается в 1 балл, отсутствие ключевого слова – 0 баллов.

1.«_____ и здоровье» - название ступени для мужчин от 40 лет и женщин от 50 лет.

2.Межведомственный совет по вопросам внедрения и реализации Комплекса ГТО на региональном и муниципальном уровнях, в который входят руководители и специалисты в области образования, физической культуры и спорта.

3.Элемент структуры Комплекса ГТО согласно возрастным группам, для которых предусмотрено выполнение нормативов Комплекса ГТО различного уровня сложности.

4.Виды тестов, входящие в состав комплекса, направлены на объективную оценку уровня развития основных физических качеств человека: силы, выносливости, быстроты, гибкости, _____, а также владения прикладными умениями и навыками.

5.Словесные, изобразительные, объемные и другие обозначения или их комбинации, в том числе изображения знаков отличия Комплекса ГТО и производные от них.

6.Испытание проводится в бассейнах или специально оборудованных местах на водоемах. Допускается стартовать с тумбы, бортика или из воды (на усмотрение испытуемого).

7.Первым обладателем знака ГТО I ступени стал знаменитый конькобежец Яков Федорович _____.

8.Какой снаряд весом 16 килограмм используется при выполнении рывка?

9.Количественное значение показателей выполнения испытаний (тестов) Комплекса ГТО, которые позволяют оценить разносторонность (гармоничность) развития основных физических качеств и прикладных двигательных умений и навыков в соответствии с половыми и возрастными особенностями развития человека.

10.Гражданин Российской Федерации в возрасте от 6 до 70 лет и старше, изъявивший желание принять участие в выполнении нормативов Комплекса ГТО.

Ключевое слово: **дисциплина**

		1 б	о	д	р	о	с	т	ь			
	2 к	о	м	и	с	с	и	я				
				3 с	т	у	п	е	н	ь		
4 к	о	о	р	д	и	а	ц	и	и			
					5 с	и	м	в	о	л	и	к	а
						6 п	л	а	в	а	н	и	е
				7 м	е	л	ь	н	и	к	о	в	
					8 г	и	р	я					
						9 н	о	р	м	а	т	и	в
				10 у	ч	а	с	т	н	и	к		



муниципальный этап 2026/2027

Задание-задача

27. Виктор выполняет приседание со штангой, используя вес равный 80% от его максимального результата. Рабочий вес Виктора составляет 70 кг. Определите максимальный вес, который Виктор способен поднять в этом упражнении.

Формулу, все расчёты, единицы измерения и ответ запишите в бланк ответов (результат округлите до целых единиц).

Правильный ответ оценивается в 5 баллов, неправильный – в 0 баллов

Решение:

70кг х 100%/80% =87 кг

Ответ: 87 кг, 87 килограммов



Спасибо за внимание!

