Муниципальный этап
всероссийской олимпиады школьников
по физической культуре
2026/2027 учебный год

Комплект заданий для учеников 9-11 классов

Уважаемый участник олимпиады!

Перед Вами задания по физической культуре. Они соотнесены с содержанием школьного курса физическая культура, а также требуют широкого кругозора, умения мыслить.

Вам предлагается 27 заданий, максимально возможная сумма за правильные ответы – 51 балл. Максимально возможное количество зачетных баллов за теоретико-методическое задание – 20 баллов.

Обратите внимание: за выполнение каждого задания Вы получите различное количество баллов, поскольку степень сложности заданий также различна.

Если Вам кажется, что задания относятся к теме, не очень хорошо Вам знакомой, не теряйте самообладание. Пропускайте незнакомые задания. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.

Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Достаточно проявить внимание и сообразительность, которые помогут успешно справиться с заданием.

Максимальная оценка – 20 баллов.

Время на выполнение заданий – 45 минут.

Желаем успеха!

<u>Не забывайте переносить ответы в бланк ответов!!!</u>

I. Задания в закрытой форме.

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.

Не забудьте перенести ответы в бланк ответов!

1. В какой стране проводились XXII летние Олимпийские игры?

а) во Франции

б) в США

в) в Германии (ГДР)

г) в России (СССР)

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

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

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

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.

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

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

а) красный

б) жёлтый

в) черный

г) зелёный

д) синий

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

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

а) 4
б) 5
в) 7
г) 6

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

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

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

7. Какое из упражнений является скоростно-силовым?

а) становая тяга

б) упор лёжа

в) прыжок в длину

г) кувырок вперёд

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

8. Как называется способ применения, использования физического упражнения?

а) техника

б) умение

в) метод

г) принцип

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

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

а) волейбол

б) футбол

в) теннис

г) бокс

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

10. К какому физическому качеству относится способность сохранять равновесие?

а) ловкость

б) сила

в) гибкость

г) выносливость

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

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

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

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

а) скиатлон

б) дуатлон

в) триатлон

г) биатлон

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

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

а) скоростно-силовые

б) циклические

в) статические

г) сложно-координационные

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

Задания в закрытой форме <u>с множественным выбором ответов</u>

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

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

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

а) плугом

б) ёлочкой

в) лесенкой

г) одновременным бесшажным ходом

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

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)

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

II. Задания в открытой форме

При выполнении этих заданий необходимо самостоятельно записать правильный ответ (слово или выражение) в именительном падеже в соответствующем поле бланка 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.

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

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.

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

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.

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

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

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

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

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

III. Задания 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

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

IV. 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

24. Установите правильную последовательность при описании физического упражнения. Правильную последовательность запишите в соответствующем поле бланка ответов.

А) действие

Б) конечное положение

В) исходное положение

V. Задание с иллюстрациями или графическими изображениями двигательных действий

Каждая верно указанная позиция оценивается в 1 балл, неправильная – 0 баллов. Максимальное количество баллов за задание – 6.

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

					
А	**Б**	**В**	**Г**	**Д**	**Е**

VI. Задание-кроссворд

Решите кроссворд на черновике, запишите в графу ответа – ключевое слово.

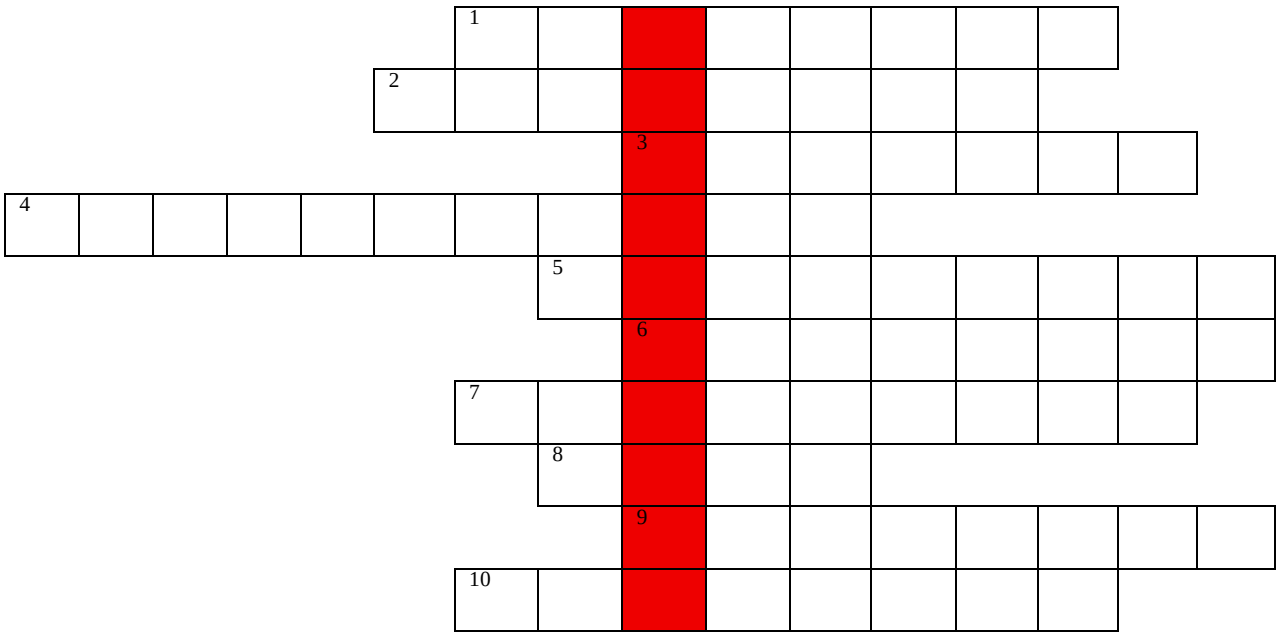
Правильный ответ – полученное ключевое слово, оценивается в 1 балл, отсутствие ключевого слова – 0 баллов.

26. Решите кроссворд «Комплекс ГТО».

Ключевое слово введите строчными буквами в соответствующее поле бланка ответов.

По горизонтали:

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 (по вертикали) -

VII. Задание–задача

Прочитайте условие задачи, решите на черновике. Контролируйте время выполнения задания.

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

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).

ПЕРЕНЕСИТЕ СВОИ ОТВЕТЫ В ЛИСТ ОТВЕТОВ