

**МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ
ШКОЛЬНИКОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ 2025-2026 г.
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР
9- 11 классы**

Инструкция по выполнению заданий

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к уровню знаний общеобразовательных школ по предмету «Физическая культура».

Задания объединены в 7 групп.

I. Задания в закрытой форме, т.е. с выбором правильного ответа № 1 – 10.

При выполнении заданий № 1 – 10 необходимо выбрать единственно правильный вариант ответа из предложенных. Среди вариантов могут встретиться частично правильные, не подходящие в качестве ответа. Каждое правильно выполненное задание этой группы оценивается в **1 балл**.

II. Задания в открытой форме, в котором нужно правильно вписать слова № 11 – 20.

При выполнении заданий № 11 – 20 необходимо вписать правильно слова или словосочетания. Каждая правильная позиция этой группы оценивается в **2 балла**. **Внимание!** Слова с грамматическими ошибками, исправлениями и описками оцениваются в 0 баллов.

III. Задания на перечисление № 21 – 23.

Каждая верно указанная позиция оценивается в **0,5 балла**, неправильная – 0 баллов. Ответ с исправлениями оценивается как неверный.

I.V. Задание на установление правильной последовательности № 24 – 25.

Каждое правильно выполненное задание этой группы оцениваются в **3 балла**. При наличии одной ошибки (нарушении последовательности), задание оценивается в 0 баллов.

V. Задания на сопоставление, в которых необходимо сопоставить понятия № 26 – 27.

Каждая верно указанная позиция оценивается в **0,5 балла**, неправильная – 0 баллов. Ответ с исправлениями оценивается как неверный.

VI. Задания с графическим изображением № 28 – 29.

Каждая верно указанная позиция оценивается в **0,5 балла**, неправильная – 0 баллов. Ответ с исправлениями оценивается как неверный.

VII. Задание – задача № 30. Правильно выполненное задание этой группы оценивается в **5 баллов**.

Максимально можно набрать **63 балла**.

Время выполнения всех заданий – **45 минут!**

Желаем успеха!

**ЗАДАНИЯ ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОГО ТУРА 2025-2026 г.
ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
9-11 КЛАСС**

I. Задания в закрытой форме, т.е. с выбором правильного ответа

- 1. Назовите крупнейшее спортивное событие зимнего сезона 2023/24г.**
 - а) II Всероссийская спартакиада сильнейших спортсменов России
 - б) Международный фестиваль университетского спорта
 - в) праздник Севера
 - г) спортивные игры стран БРИКС
- 2. В каком городе Подмосковья завершился подмосковный этап эстафеты олимпийского огня XXII зимних Олимпийских игр?**
 - а) Одинцово
 - б) Коломна
 - в) Красногорск
 - г) Дмитров
- 3. Кто из основоположников идей физического воспитания является автором книги «Гимнастика для юношества»?**
 - а) Лев Павлович Матвеев
 - б) Владимир Петрович Куц
 - г) Барон Годфруа де Блоне
 - д) Пьер де Фреди, барон де Кубертен
 - е) Иоганн Кристоф Фридрих Гутс-Мут

- 4. В первой половине XIX века стали возникать различные гимнастические системы и наметились три направления в развитии гимнастики. В какой стране появилось гигиеническое направление?**
- а) Греция**
 - б) Италия**
 - в) Швеция**
 - г) Испания**
- 5. Новый Президент МОК избирается тайным голосованием на ...**
- а) четырехлетний период**
 - б) восьмилетний период**
 - в) три олимпийских цикла**
 - г) четыре олимпийских цикла**
- 6. На каких летних Олимпийских играх награждать стали трех атлетов, а не двоих?**
- а) III Олимпийских играх в Сент-Луисе**
 - б) V Олимпийских играх в Стокгольме**
 - в) VII Олимпийских играх в Антверпене**
 - г) II Олимпийских играх в Париже**
- 7. По описанию определите название лыжного хода. С шагом левой ноги вперёд выносятся правая палка, одновременно левой рукой и правой ногой делается толчок – тяжесть тела переносится на левую ногу. Из этого положения лыжник готовится сделать следующий шаг. Продолжая скольжение на левой ноге, он ставит правую палку с нажимом на снег и ею отталкивается. С одновременным подтягиванием правой ноги и переносом на нее тяжести тела продолжается вынос левой руки вперед: скольжение происходит на правой лыже. Цикл хода завершен и в дальнейшем повторяется.**
- а) попеременный одношажный ход**
 - б) попеременный двухшажный ход**
 - в) попеременный четырёхшажный ход**
 - г) поочерёдный двухшажный ход**
- 8. Сколько огневых рубежей в биатлонной эстафетной гонке проходит каждая команда?**
- а) 4 огневых рубежа**
 - б) 8 огневых рубежей**

в) 12 огневых рубежей

г) 16 огневых рубежей

9. По команде «кругом» выполняется следующая последовательность действий:

а) осуществляется поворот в сторону правой руки на правой пятке, левом носке на 180 градусов и приставляют левую ногу к правой.

б) осуществляется поворот в сторону левой руки на левой пятке, правом носке на 180 градусов и приставляют правую ногу к левой.

в) ожидается команда «марш».

г) поворот осуществляется в произвольном направлении

10. Какие показатели учитываются при оценке физического развития?

Отметьте все позиции

а) антропометрические данные

б) данные лабораторных исследований

в) фазометрические показатели

г) данные о режиме дня

II. Задания в открытой форме, в котором нужно правильно вписать слово или словосочетание

11. Для набора мышечной массы в рационе питания необходимо увеличить количество _____

12. Как называется половина баскетбольной площадки, на которой находится своя корзина? _____

13. В гандболе игроки имеют право удерживать мяч в руках не более _____

14. Каким способом в современном пятиборье проводятся соревнования по плаванию? _____ (Ответ запишите в именительном падеже).

15. Как называется функциональная проба с произвольной задержкой дыхания на выдохе — _____

16. Единица, которой оценивается техника и красота выступления спортсмена, это — _____

17. Способность человека по ходу выполнения двигательного действия достигать максимальных показателей силы в короткое время – _____
18. В каком году был издан Указ Президента Российской Федерации № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне»? _____
19. Какой вид соревнований современного пятиборья проводится вторым? _____
20. Вставьте пропущенные слова в текст популярной песни о хоккее.
- Красивых _____ будет сыграно немало,
И не забудем, не забудем мы, как _____,
В сраженьях _____ и кубки добывала
Великолепная _____ и вратарь!

III. Задания на перечисление

21. Перечислите группы здоровья, на которые распределяются школьники при проведении уроков физической культуры

22. Перечислите, в каких регионах проходила вторая Спартакиада сильнейших спортсменов России _____
23. Перечислите способы торможения на лыжах при спуске со склона из школьной программы _____

VI. Задание на установление правильной последовательности № 24

24. Представьте в виде последовательности виды спорта по мере их возникновения. **Ответ запишите буквами**

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

25. Из предложенных слов составьте определение термина РОНДАТ.

Ответ запишите цифрами

1	кругом	6	поворотом	11	курбет
2	упор	7	лёжа	12	и

3	с	8	приземлением	13	переворот
4	обе	9	на	14	спиной
5	опора	10	ноги	15	руками

V. Задания на сопоставление, в которых необходимо сопоставить понятия № 26-27

26. Сопоставьте имена Олимпийских чемпионов на Играх XXXI

Олимпиады с видами спорта, в которых они достигли успехов.

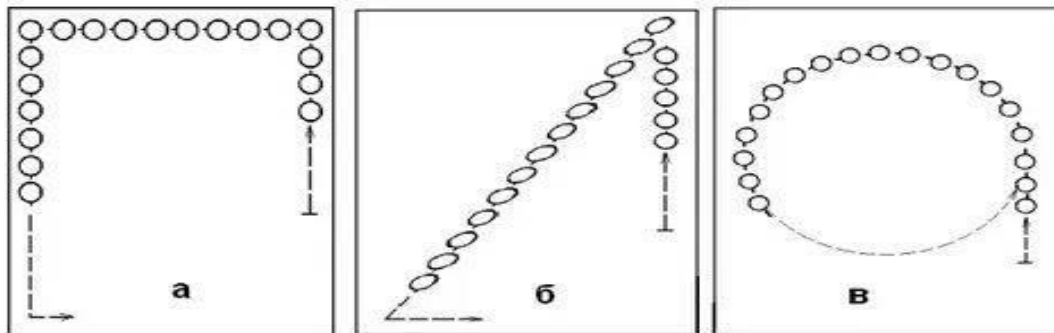
<i>Виды спорта</i>		<i>Ф. И. олимпийских чемпионов</i>	
А	плавание	1	Яна Кудрявцева
Б	бокс	2	Роман Власов
В	греко – римская борьба	3	Денис Аблязин
Г	спортивная гимнастика	4	Евгений Тищенко
Д	художественная гимнастика	5	Юлия Ефимова

27. Установите соответствие признаков утомления.

<i>Признаки</i>		<i>Симптомы</i>		<i>Степень утомления</i>	
1	окраска кожи	А	резко учащенное, появление одышки	1	лёгкая
2	потливость	Б	неточность выполнения команд		
3	дыхание	В	побледнение	2	значительная
4	движения	Г	небольшое покраснение		
5	внимание	Д	неуверенные	3	очень большая
		Е	выступление соли		

VI. Задания с графическим изображением

28. Какие направления передвижений по залу указаны на рисунке



29. Изобразите графическую запись, представленного упражнения.

Терминологическая запись ОРУ:

И.п. – о.с.

1. Стойка на левой, правая в сторону на носок
2. И.п.
3. Наклон вперед прогнувшись, руки на пояс
4. И.п.

VII. Задание - задача

30. Заполните таблицу итогового протокола по лыжным гонкам.

Спортсмены стартуют с раздельного старта, интервал 15 секунд.

Старт первого участника 00:15.

Участник	Стартовый номер	Время старта	Время финиша	Чистое время	Место
А		1:45	14:27		
Б	18			14:03	
В			18:41	12:41	
Г	31		20:48		