

**Районный этап всероссийской олимпиады школьников
по физической культуре
в 2025/2026 учебном году в Санкт-Петербурге.
КОМПЛЕКТ ЗАДАНИЙ ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОГО ТУРА
ДЛЯ 9-11 КЛАССОВ**

Инструкция по выполнению задания

Задания объединены в 5 групп:

1. Задания в закрытой форме, то есть с предложенными вариантами ответов. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильное завершение из предложенных вариантов, среди которых содержатся как правильные, так и неправильные завершения, а также частично соответствующие смыслу утверждений. 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.

2. Задания в открытой форме, то есть без предложенных вариантов ответов. При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подобранные определения вписывают в соответствующую графу бланка ответов.

3. Задание на соответствие понятий и определений, то есть соответствие предложенных вариантов ответов определенным понятиям и определениям.

4. Задание в форме, предполагающей перечисление известных Вам составляющих, характеристик. Записи должны быть разборчивыми.

5. Задание – кроссворд.

Необходимо решить задачу.

Время выполнения заданий – 45 минут.

Контролируйте время выполнения задания. Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов.

Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ.

Заполните анкету: напишите свою фамилию, имя, отчество, город, район, школу и класс, который Вы представляете.

Контрольные вопросы по инструкции к заданию:

1. Инструкция к тесту мне...

а. Понятна.

в. Понятна не полностью.

б. Понятна отчасти.

г. Не понятна.

2. Вы хотели бы задать вопросы для уточнения задания?

а. Да.

в. Не знаю

б. Нет.

г. Да, но стесняюсь.

**Районный этап всероссийской олимпиады школьников
по физической культуре**

**КОМПЛЕКТ ЗАДАНИЙ ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОГО ТУРА
ДЛЯ 9-11 КЛАССОВ**

Вопрос 1. В каком году на Олимпийском конгрессе в Париже был утвержден представленный Пьером де Кубертенем Олимпийский флаг?

1. 1894
2. 1908
3. 1912
4. 1914

Вопрос 2. На Парижском Атлетическом конгрессе в 1894 г. одним из 13 членов МОК был избран россиянин ...

1. Петр Францевич Лесгафт
2. Вячеслав Измайлович Срезневский
3. Алексей Дмитриевич Бутовский
4. Владимир Алексеевич Васин

Вопрос 3. В каком году НЕ проводились зимние Олимпийские игры?

1. 1984
2. 1992
3. 1994
4. 1996

Вопрос 4. Первые летние юношеские Олимпийские игры прошли

1. в 2020 году в Лозанне
2. в 2010 году в Сингапуре
3. в 2016 году в Лиллехаммере
4. в 2014 году в Нанкине

Вопрос 5. Размер площадки для игры во флорбол составляет

1. 20 на 40 метров
2. 15 на 28 метров
3. 9 на 18 метров
4. 8 на 16 метров

Вопрос 6. В 1885 году в Петербурге был организован «Кружок любителей атлетики». Кто был его основателем?

1. Е. Сандов
2. В. Краевский
3. Г. Гаккеншмидт
4. С. Елисеев

**Районный этап всероссийской олимпиады школьников
по физической культуре**

**КОМПЛЕКТ ЗАДАНИЙ ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОГО ТУРА
ДЛЯ 9-11 КЛАССОВ**

Вопрос 7. В каком виде спорта на площадке одновременно находятся 14 игроков?

1. баскетбол
2. волейбол
3. гандбол
4. флорбол

Вопрос 8. Соревнования по какому виду спорта не будут проводиться на Олимпийских играх в Лос-Анжелесе в 2028 году?

1. крикет
2. флаг-футбол
3. брейкинг
4. лакросс
5. сквош

Вопрос 9. Укажите метод, направленный на развитие общей выносливости

1. изометрический метод;
2. метод непрерывного упражнения;
3. плиометрический метод;
4. метод переменных сопротивлений;

Вопрос 10. Укажите сенситивные периоды развития силовых способностей

1. юноши 13-14 и 17-18 лет
девушки 11-12 и 15-16 лет
2. юноши после 13 лет
девушки после 11 лет
3. юноши 15-17 лет
девушки 13-15 лет
4. юноши 14-15 лет
девушки 9-12 лет

Вопрос 11. Допинг - это

1. Положительная проба
2. Запрещенная субстанция
3. Любое нарушение антидопинговых правил
4. Использование запрещенного метода

Вопрос 12. Запрещенный список обновляется не реже, чем

1. 1 раз в квартал
2. 1 раз в четыре года
3. 1 раз в год
4. 1 раз в два года

**Районный этап всероссийской олимпиады школьников
по физической культуре**

**КОМПЛЕКТ ЗАДАНИЙ ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОГО ТУРА
ДЛЯ 9-11 КЛАССОВ**

Вопрос 13. Тот факт, что запрещенный препарат был назначен врачом, освобождает спортсмена от ответственности. Номер правильного утверждения цифрой впишите в бланк ответа.

1. Этот факт всегда освобождает спортсмена от ответственности
2. Если было запрошено и получено разрешение на терапевтическое использование и препарат использован в соответствии с условиями выданного разрешения
3. Этот факт никогда не освобождает спортсмена от ответственности
4. Если было запрошено разрешение на терапевтическое использование
5. Если применение препарата не было направлено на улучшение спортивного результата
6. Если спортсмен не знал, что в препарате есть запрещенные субстанции

Вопрос 14. В данном задании несколько верных утверждений. Выберите все, которые вы считаете верными. Ответ цифрами впишите в бланк ответа.

Какие упражнения входят в содержание заключительной части урока?

1. упражнения на развитие координационных способностей;
2. упражнения на развитие силы;
3. упражнения на внимание;
4. упражнения на дыхание и расслабление мышц;
5. общеразвивающие упражнения.

Вопрос 15. В данном задании несколько верных утверждений. Выберите все, которые вы считаете верными. Ответ цифрами впишите в бланк ответа.

В каких видах спорта спортсмен для выполнения стартового движения использует специальное оборудование?

1. лёгкая атлетика
2. плавание
3. лыжные гонки
4. скелетон
5. конькобежный спорт
6. кёрлинг

Вопрос 16. В данном задании несколько верных утверждений. Выберите все, которые вы считаете верными. Ответ цифрами впишите в бланк ответа.

В каком виде спорта не проводятся эстафеты?

1. Легкая атлетика
2. Плавание
3. Биатлон
4. Керлинг
5. Санный спорт
6. Конный спорт
7. Шорт-трек
8. Спортивное ориентирование

**Районный этап всероссийской олимпиады школьников
по физической культуре**

**КОМПЛЕКТ ЗАДАНИЙ ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОГО ТУРА
ДЛЯ 9-11 КЛАССОВ**

9. Бобслей
10. Конькобежный спорт
11. Биатлон
12. Лыжный спорт

Вопрос 17. Сводом основополагающих принципов Олимпизма, правил и официальных разъяснений, принятых Международным олимпийским комитетом (МОК), является...
Впишите ответ в бланк ответов.

Вопрос 18 Какой метод обеспечивает всестороннее, комплексное развитие физических качеств и совершенствование двигательных умений и навыков, так как в процессе такого занятия они проявляются не изолированно, а в тесном взаимодействии? **Впишите ответ в бланк ответов.**

Вопрос 19. Перед Вами – портреты пяти известных спортсменов России. Вам необходимо соотнести каждую фотографию с именем спортсменки.

				
1	2	3	4	5

Варианты ответов:

- a. Анна Щербакова
- b. Ангелина Мельникова
- c. Мария Ласицкене
- d. Виктория Листунова
- e. Дина Аверина
- f. Светлана Ромашина
- g. Евгения Медведева

Вопрос 20. (1) -конструктивный метод предусматривает разделение (2) двигательного действия на отдельные фазы или элементы с поочередным их (3) и последующим соединением в единое целое. **Ответ буквами впишите в бланк ответов.**

- a. Деление
- b. Расчленение
- c. Целостного
- d. Расчлененно
- e. Выполнением
- f. Разучиванием
- g. Объединение

**Районный этап всероссийской олимпиады школьников
по физической культуре**

**КОМПЛЕКТ ЗАДАНИЙ ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОГО ТУРА
ДЛЯ 9-11 КЛАССОВ**

Вопрос 21. Расположите виды спорта в хронологическом порядке по мере их включения в основную программу Олимпийских игр. **Впишите ответ цифрами в бланк ответа.**

1. Гандбол
2. Баскетбол
3. Хоккей на траве
4. Волейбол

Вопрос 22. Установите соответствие между группами задач физического воспитания и их содержанием:

1. Формирование и совершенствование жизненно важных двигательных умений и навыков	а. Оздоровительная задача
2. Обеспечение оптимального для каждого возраста и пола гармоничного развития физических качеств	б. Образовательная задача
3. Воспитание потребности и умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья	с. Воспитательная задача

Вопрос 23. Упорядочите слова так, чтобы получилось верное высказывание. **Ответ цифрами впишите в бланк ответов.**

1. упражнений
2. здоровья,
3. направленная
4. с отягощениями,
5. красивого,
6. развитие
7. гармоничного
8. система
9. телосложения.
10. силы
11. и создание
12. на укрепление

**Вы выполнили все задания.
Перенесите ответы в бланк ответов.**