

**ТЕКСТЫ ОЛИМПИАДНЫХ ЗАДАНИЙ
ДЛЯ ШКОЛЬНОГО ЭТАПА
ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ
ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»
В 2026 – 2027 УЧЕБНОМ ГОДУ.**

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ.
(5 - 6 классы, 7 – 8 классы, 9 – 11 классы)**

**ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЕ 2026 – 2027 УЧЕБНЫЙ ГОД
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП
5 – 6 КЛАССЫ**

ТЕОРЕТИКО – МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР

Инструкция по выполнению заданий

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

Задания объединены в 2 группы:

А. Задания в закрытой форме (№ 1 – 9), то есть с предложенными вариантами ответов.

Среди них содержатся как правильные, так и неправильные завершения, а также частично соответствующие смыслу утверждений. Правильным является то, которое наиболее полно соответствует смыслу утверждения.

Каждый правильный ответ оценивается в **1 балл**, неправильный – **0 баллов**.

Максимальная оценка за задание – **9 баллов**.

Б. Задания в открытой форме (№ 10 – 12), то есть без предложенных вариантов ответов.

Каждый правильный ответ оценивается в **2 балла**, а каждый неправильный – **0 баллов**.

Максимальная оценка за задание – **6 баллов**.

Максимально возможный балл за все правильно выполненные задания – 15!

Контролируйте время выполнения задания.

Время выполнения заданий – 45 минут.

Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов.

Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ!

Желаем вам успехов

ФК

шифр

Фамилия _____ Имя _____ Отчество _____
Субъект Федерации _____ Город _____
МБОУ _____ Класс _____

Теоретико-методическое задание

А. Задания в закрытой форме

1. С каких частей тела необходимо начинать разминку?

- а. с мышц ног;
- б. с мышц плечевого пояса;
- в. последовательность роли не играет;
- г. с мышц брюшного пресса и спины.

2. Какую награду получали победители античных Олимпийских игр?

- а. грамоту
- б. медаль
- в. лавровый венок
- г. деньги

3. Упражнения, из какого вида спорта в большей степени помогают стать быстрым и выносливым?

- а. шахматы;
- б. фигурное катание;
- в. гимнастика;
- г. лёгкая атлетика.

4. Какой снаряд для занятия спортом самый лёгкий?

- а. теннисный шарик
- б. теннисный мяч
- в. волан для бадминтона
- г. волейбольный мяч

5. Какого числа отмечается Всемирный день здоровья?

- а. 14 февраля
- б. 7 апреля
- в. 1 апреля
- г. 15 мая

6. Здоровый образ жизни – это способ жизнедеятельности, направленный на ____.

- а. преодоление трудностей;
- б. профилактику заболеваний;
- в. сохранение и улучшение здоровья;
- г. физическое совершенствование.

7. Какое правило необходимо соблюдать после выполнения беговых упражнений?

- а. сесть на скамью;
- б. лечь;
- в. использовать упражнения с отягощением;
- г. продолжить ходьбу.

8. Прочитай текст. Какой игровой вид спорта представлен в тексте?

Командная спортивная игра, в которой две команды по шесть человек ведут игру на площадке размером 18х9м. Игроки одной команды стремятся переправить мяч передачей или ударом на сторону соперника так, чтобы те не могли вернуть его обратно.

- а. волейбол
- б. гандбол
- в. баскетбол
- г. бадминтон

9. Что делать при ушибе?

- а. намазать ушибленное место мазью;
- б. намазать ушибленное место йодом;
- в. перевязать ушибленное место бинтом;
- г. положить холодный компресс

Б. Задания в открытой форме.

10. Вид спорта, включающий бег, прыжки и метание называется _____.

11. Начало пути к финишу _____.

12. Спортивный снаряд, который перетягивают _____.

ФК

шифр

5 – 6 КЛАССЫ
БЛАНК ОТВЕТОВ
Теоретико - методического тура

А. Задания в закрытой форме

№ вопроса	Варианты ответа				
1.	а	б	в	г	
2.	а	б	в	г	
3.	а	б	в	г	
4.	а	б	в	г	
5.	а	б	в	г	
6.	а	б	в	г	
7.	а	б	в	г	
8.	а	б	в	г	
9.	а	б	в	г	

Б. Задания в открытой форме.

№ вопроса	Варианты ответа
10.	
11.	
12.	

Оценка (слагаемые и сумма) _____

Подписи членов жюри _____

**ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
2026–2027 УЧЕБНЫЙ ГОД
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП
7 – 8 КЛАССЫ**

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР

Инструкция по выполнению заданий

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

Задания объединены в 4 группы:

А. Задания в закрытой форме (№ 1-12), то есть с предложенными вариантами ответов.

Среди них содержатся как правильные, так и неправильные завершения, а также частично соответствующие смыслу утверждений. Правильным является то, которое наиболее полно соответствует смыслу утверждения.

Правильный ответ оценивается в **1 балл**, неправильный – **0 баллов**.

Максимальная оценка за задание – **12 баллов**.

Б. Задания в открытой форме (№ 13-15), то есть без предложенных вариантов ответов.

Каждый правильный ответ оценивается в **2 балла**, а каждый неправильный – **0 баллов**.

Максимальная оценка за задание – **6 баллов**.

В. Задание на установление соответствия между понятиями (№ 16).

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

Ответы с исправлениями оцениваются как неверные. Максимальная оценка за задание – **6 баллов**.

Максимальная оценка за задание – **6 баллов**.

Максимально возможный балл за все правильно выполненные задания - 24!

Контролируйте время выполнения задания.

Время выполнения заданий – 45 минут.

Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов.

Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ!

Желаем вам успеха!

ФК

шифр

Фамилия _____ Имя _____ Отчество _____
Субъект Федерации _____ Город _____
МБОУ _____ Класс _____

Теоретико-методическое задание

А. Задания в закрытой форме

1. Назовите основные физические качества.

- а. координация, ЧСС, гибкость, сила, быстрота;
- б. ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость;
- в. общая выносливость, скоростно-силовая выносливость, быстрота, сила, ловкость;
- г. общая выносливость, силовая выносливость, гибкость, объём бицепсов, ловкость.

2. Что такое режим дня?

- а. выполнение поручений учителя
- б. подготовка домашних заданий
- в. распределение основных дел в течение всего дня
- г. это определенный распорядок труда, отдыха, гигиены, питания и сна.

3. В баскетболе для того, чтобы выполнить бросок команде даётся 30 с.

Какие действия предпримет судья, если за это время бросок не был произведён?

- а. мяч передаётся сопернику и вводится из-за боковой линии
- б. мяч вводится из-за лицевой линии
- в. мяч вводится в центре круга
- г. продолжается игра.

4. Какую дистанцию в метрах пробежал человек, преодолев 5,5 кругов стадиона, если длина круга на стадионе равна 150 м?

- а. 775 м
- б. 825 м
- в. 850 м
- г. 875 м

5. Часть матча в волейболе, за время которой, одна из команд должна набрать 25 очков.

- а. сет
- б. партия
- в. раунд
- г. тайм

6. Какой из перечисленных снарядов относится к метательным?

- а. молот
- б. гирия
- в. штанга
- г. шест

7. Разновидностью какой спортивной игры является стритбол?

- а. баскетбол
- б. волейбол
- в. гандбол
- г. регби

8. С какой целью проводится физкультминутка?

- а. обучение двигательным действиям
- б. преодоление утомления
- в. воспитание физических качеств
- г. воспитание качеств личности

9. В каком из игровых видов спорта нет ведения мяча?

- а. хоккей
- б. футбол
- в. флорбол
- г. баскетбол

10. Какой из видов спорта позитивно влияет на формирование осанки?

- а. теннис
- б. тяжёлая атлетика
- в. плавание
- г. велоспорт.

11. Что является итогом успешного выполнения испытаний комплекса ГТО на каждой ступени?

- а. звание мастера спорта РФ
- б. золотой знак;
- в. золотая медаль
- г. оценка «отлично» по предмету «Физическая культура» в учебном году.

12. По преданию Геракл начертил место для начала бега, затем отмерил 600 ступней. В последствие эта дистанция составит 192, 27 м. и стала называться ...

- а. алье
- б. миля
- в. стадий
- г. фут

Б. Задания в открытой форме

13. Звуковой атрибут спортивного судьи _____..

14. Способность держаться на воде, находиться под водой и передвигаться в ней или по ней определённым способом называется _____.

15. Комплексная система оздоровительных мероприятий и воздействий на организм с использованием целебных сил природы _____.

В. Задание на установление соответствия между понятиями

16. Установите соответствие между физическими упражнениями и разделами программы по физической культуре в школе.

Упражнение		Раздел программы	
1.	подача	А.	лёгкая атлетика
2.	бросок в кольцо	Б.	футбол
3.	прыжок в высоту	В.	гандбол
4.	удар по воротам	Г.	баскетбол
5.	бросок по воротам	Д.	гимнастика с основами акробатики
6.	опорный прыжок	Е.	волейбол

7 - 8 КЛАССЫ

ФК

шифр

БЛАНК ОТВЕТОВ
Теоретико - методического тура

А. Задания в закрытой форме

№ вопроса	Варианты ответа			
1.	а	б	в	г
2.	а	б	в	г
3.	а	б	в	г
4.	а	б	в	г
5.	а	б	в	г
6.	а	б	в	г
7.	а	б	в	г
8.	а	б	в	г
9.	а	б	в	г
10.	а	б	в	г
11.	а	б	в	г
12.	а	б	в	г

Б. Задания в открытой форме.

№ вопроса	Варианты ответа
13.	
14.	
15.	

В. Задание на соотнесение понятий.

16.	1.	
	2.	
	3.	
	4.	
	5.	
	6.	

Оценка (слагаемые и сумма) _____

Подписи членов жюри _____

**ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
2026 – 2027 УЧЕБНЫЙ ГОД
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП
9 – 11 КЛАССЫ**

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР

Инструкция по выполнению заданий

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

Задания объединены в 4 группы:

А. Задания в закрытой форме (№ 1 – 14), то есть с предложенными вариантами ответов.

Среди них содержатся как правильные, так и неправильные завершения. Правильным является то, которое наиболее полно соответствует смыслу утверждения. Правильный ответ оценивается в **1 балл**, неправильный – **0 баллов**.

Максимальная оценка за задание – **14 баллов**.

Б. Задания в открытой форме (№ 15 – 19), то есть без предложенных вариантов ответов.

Каждый правильный ответ оценивается в **2 балла**, а каждый неправильный – **0 баллов**.

Максимальная оценка за задание – **10 баллов**.

В. Задание на установление соответствия между понятиями (№ 20 – 21).

Каждое верное утверждение этой группы оценивается в **1 балл**, а каждый неправильный – **0 баллов**.

Максимальная оценка за задание – **8 баллов**.

Г. Задание-задача (№ 22).

Правильный и обоснованный ответ на задание этой группы оценивается в **3 баллов**.

Максимально возможный балл за все правильно выполненные задания - 35!

Контролируйте время выполнения задания.

Время выполнения заданий – 45 минут.

Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов.

Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ!

Желаем вам успехов!

ФК

шифр

Фамилия _____ Имя _____ Отчество _____
Субъект Федерации _____ Город _____
МБОУ _____ Класс _____

Теоретико-методическое задание

А. Задания в закрытой форме, т. е. с предложенными вариантами ответов.

1. В каком году советские спортсмены бойкотировали Игры Олимпиады?

- а. 1952г.
- б. 1980г.
- в. 1984 г.
- г. 1992г.

2. Кто представляет страну на Олимпийских играх в соответствии с Олимпийской хартией?

- а. национальный олимпийский комитет
- б. президент страны
- в. национальные спортивные федерации
- г. Министерство спорта

3. На какие виды двигательных способностей воздействует метание?

- а. на скоростно-силовые способности
- б. на выносливость
- в. на гибкость
- г. на способность сохранять равновесие

4. Что является ошибкой при сдаче норм ВФСК «Готов к труду и обороне» в испытании «наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье»?

- а. стопы ног расположены параллельно на ширине 10–15 см
- б. ноги выпрямлены в коленях
- в. отсутствие фиксации результата в течение 2-х секунд
- г. фиксация результата пальцами двух рук.

5. Что из перечисленного относится к показателям объёма физической нагрузки?

- а. расстояние в прыжке в длину
- б. координационная сложность упражнения
- в. количество серий выполнения упражнений
- г. скорость бега по дистанции

6. Прессинг - это:

- а. ограничение действий соперника
- б. групповые действия против соперника
- в. расстановка игроков в защите
- г. расстановка игроков в нападении

7. Какие факторы преимущественно обуславливают уровень проявления общей выносливости?

- а. скоростно-силовые способности.
- б. лично-психические качества.
- в. факторы функциональной экономичности.
- г. аэробные возможности.

8. Каковы нормальные показатели артериального давления здорового взрослого человека?

- а. 90/60;
- б. 120/70;
- в. 140/90;
- г. 200/100.

9. Основным специфическим средством физического воспитания является?

- а. закаливание
- б. соблюдение режима дня
- в. физическое упражнение
- г. активный отдых.

10. Назовите компонент физической культуры, раскрывающий психофизические способности человека на предельных уровнях.

- а. физическая рекреация
- б. физическое воспитание
- в. физическая реабилитация
- г. спорт

11. В какой период формируется мотивация?

- а. при выполнении физического упражнения;
- б. до выполнения физического упражнения;
- в. после выполнения физического упражнения;
- г. формируется отдельно от процесса физического воспитания.

12. Какие из перечисленных методов можно отнести к методам словесного воздействия?

- а. счёт во время выполнения упражнения;
- б. хлопки для задания ритма упражнения;
- в. сигнал свистком для начала игры;
- г. выстрел на старте дистанции.

13. Как называется комплекс мероприятий, позволяющих определить высокую степень предрасположенности (одарённость) ребёнка, подростка, юноши к определённому роду спортивной деятельности (виду спорта)?

- а. контрольная прикидка
- б. просмотр
- в. спортивный отбор
- г. спортивная ориентация

14. Как называют резкое кратковременное увеличение темпа движения по ходу дистанции как тактический приём в беге на 2000 м?

- а. старт
- б. спурт
- в. форсаж
- г. гипертрофия.

Б. Задания в открытой форме

15. Сооружение для спортивных целей, включающее большое поле с беговыми дорожками и местами для зрителей называется _____.

16. Временное снижение работоспособности называется _____.

17. Вид воспитания, направленный на обучение движениям, развития физических качеств, овладением физкультурными знаниями, называется _____.

18. При выполнении физических упражнений данные частоты сердечных сокращений, являются показателем - _____.

19. Какое физическое качество обеспечивает уровень работоспособности? _____.

В. Задание на установление соответствия между понятиями.

20. Запиши соотношение субъективных показателей контроля своего здоровья с их оценками. Ответ запиши в виде Цифра Буква.

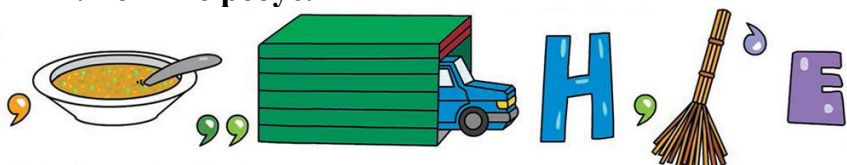
1.	настроение	А.	высокая, умеренная, низкая
2.	работоспособность	Б.	есть, слабое, отсутствует
3.	желание заниматься	В.	хорошее, удовлетворительное, плохое

21. Установите соответствие между физическими качествами и видами спорта, в которых они преимущественно проявляются.

1.	быстрота	А.	художественная гимнастика
2.	гибкость	Б.	лыжные гонки
3.	сила	В.	тяжёлая атлетика
4.	выносливость	Г.	прыжки в воду
5.	ловкость	Д.	лёгкая атлетика, бег на короткие дистанции

Г. Задание-ребус.

22. Решите ребус.



9 - 11 КЛАССЫ

ФК

шифр

БЛАНК ОТВЕТОВ
теоретико-методического тура

А. Задания в закрытой форме

№ вопроса	Варианты ответа			
1.	а	б	в	г
2.	а	б	в	г
3.	а	б	в	г
4.	а	б	в	г
5.	а	б	в	г
6.	а	б	в	г
7.	а	б	в	г
8.	а	б	в	г
9.	а	б	в	г
10.	а	б	в	г
11.	а	б	в	г
12.	а	б	в	г
13.	а	б	в	г
14.	а	б	в	г

Б. Задания в открытой форме.

№ вопроса	Варианты ответа
15.	
16.	
17.	
18.	
19.	

В. Задание на соотнесение понятий.

20.	1	
	2	
	3	

**Всероссийская олимпиада школьников по физической культуре 2026 – 2027 учебный год.
Школьный этап. 9 - 11 классы**

ФК

шифр

21.	1	
	2	
	3	
	4	
	5	

Д. Задание – задача.

22.	
------------	--

Оценка (слагаемые и сумма) _____

Подписи членов жюри _____