

**Задания школьного этапа Всероссийской олимпиады школьников
по предмету «Физическая культура» 5-6 класс
2025-2026**

для загрузки заданий на платформу Сириус

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Максимально возможный, который может получить участник олимпиады составит 28 баллов.

Время выполнения заданий – 45 минут.

Тип задания: Выбор варианта

Задание №1

Кто был инициатором возрождения Олимпийских игр современности:

- Майкл Толан
- Иван Поддубный
- Пьер де Кубертен
- Александр Суворов

Правильный ответ:

Пьер де Кубертен

Максимальное количество баллов за задание – 1 балл

Тип задания: Выбор варианта

Задание №2

На каких Олимпийских играх российские спортсмены впервые приняли участие?

- 1896 г. - Афины, Греция
- 1904 г. - Сент-Луис, США
- 1908 г. – Лондон, Великобритания
- 1920 г. – Антверпен, Бельгия

Правильный ответ:

1908 г. – Лондон, Великобритания

Максимальное количество баллов за задание – 1 балл

Тип задания: Выбор варианта

Задание №3

Какова роль белков в питании человека?

- Основной источник энергии для организма
- Регуляция уровня сахара в крови
- Строительный материал для органов и тканей
- Защита организма от инфекций и заболеваний

Правильный ответ:

Строительный материал для клеток и тканей

Максимальное количество баллов за задание – 1 балл

Тип задания: Выбор варианта

Задание №4

Что такое двигательная активность?

- Процесс потребления энергии организмом
- Любая форма физической активности, удовлетворяющая естественную потребность человека в движении
- Специальные упражнения для улучшения силы и выносливости
- Пассивное состояние, когда человек отдыхает

Правильный ответ:

Любая форма физической активности, удовлетворяющая естественную потребность человека в движении

Максимальное количество баллов за задание – 1 балл

Тип задания: Выбор варианта

Задание №5

Бег вокруг стадиона проводят в каком направлении?

- По часовой стрелке
- Против часовой стрелки
- Направление выбирается случайным образом
- Направление зависит от вида спорта

Правильный ответ:

Против часовой стрелки

Максимальное количество баллов за задание – 1 балл

Тип задания: Выбор варианта

Задание №6

В чем главное назначение спортивной одежды?

- Привлечение внимания окружающих
- Обеспечение комфорта и удобства при занятиях спортом
- Подчёркивать индивидуальные особенности телосложения спортсмена
- Соответствие моде и стилю

Правильный ответ:

Обеспечение комфорта и удобства при занятиях спортом

Максимальное количество баллов за задание – 1 балл

Тип задания: Выбор варианта

Задание №7

Что делать при ушибе?

- Растереть поврежденное место
- Наложить повязку
- Наложить холодный компресс
- Намазать йодом

Правильный ответ:

Наложить холодный компресс

Максимальное количество баллов за задание – 1 балл

Тип задания: Выбор варианта

Задание №8

Как измеряется результат прыжка в длину с места?

- ☐ От линии старта до ближайшей точки касания пяткой
- ☐ От линии старта до ближайшего следа, оставленного любой частью тела
- ☐ По средней точке приземления спортсмена
- ☐ По самой дальней точке приземления

Правильный ответ:

От линии старта до ближайшего следа, оставленного любой частью тела

Максимальное количество баллов за задание – 1 балл

Тип задания: Выбор варианта

Задание №9

Что в лёгкой атлетике делают с ядром?

- ☐ Толкают
- ☐ Бросают
- ☐ Метают
- ☐ Поднимают

Правильный ответ:

Толкают

Максимальное количество баллов за задание – 1 балл

Тип задания: Выбор варианта

Задание №10

Закаливающие процедуры обливанием начинают с обливания...

- ☐ Горячей водой
- ☐ Водой температуры тела
- ☐ Холодной водой
- ☐ Контрастной водой

Правильный ответ:

Водой температуры тела

Максимальное количество баллов за задание – 1 балл

Тип задания: Выбор варианта

Задание №11

Кросс - это ...

- ☐ Бег по стадиону
- ☐ Соревнование по бегу на местности с естественным рельефом
- ☐ Спортивная игра с мячом
- ☐ Велосипедная гонка по шоссе

Правильный ответ:

Соревнование по бегу на местности с естественным рельефом

Максимальное количество баллов за задание – 1 балл

Тип задания: Расстановка в верном порядке

Задание №12

Расставьте виды спорта по количеству игроков на поле начиная с большего количества.

Правильный ответ:

- ☐ Футбол
- ☐ Регби-15
- ☐ Теннис
- ☐ Хоккей

Правильный ответ:

Регби-15
Футбол
Хоккей
Теннис

Максимальное количество баллов за задание – 2 балла

Тип задания: Выбор варианта

Задание №13

«Салки» это ...

- ☐ Спортивная игра
- ☐ Танец
- ☐ Подвижная игра
- ☐ Вид спорта

Правильный ответ:

Подвижная игра

Максимальное количество баллов за задание – 1 балл

Тип задания: Выбор варианта

Задание №14

Назовите способ построения на уроке физкультуры.

- ☐ Круг
- ☐ Квадрат
- ☐ Диагональ
- ☐ Ромб

Правильный ответ:

Круг

Максимальное количество баллов за задание – 1 балл

Тип задания: Выбор варианта

Задание №15

Высокий легкоатлетический старт выполняется при беге ...

- ☐ Короткие дистанции
- ☐ Беге с барьерами
- ☐ На длинные дистанции
- ☐ На всех видах беговых дисциплин

Правильный ответ:

На длинные дистанции

Максимальное количество баллов за задание – 1 балл

Тип задания: Выбор варианта

Задание №16

Что такое Паралимпиада?

- Ежегодные региональные соревнования среди профессиональных атлетов
- Турнир любителей экстремальных видов спорта
- Международные соревнования спортсменов с ограниченными возможностями здоровья
- Специальные соревнования для профессиональных спортсменов старше 30 лет

Правильный ответ:

Международные соревнования спортсменов с ограниченными возможностями здоровья

Максимальное количество баллов за задание – 1 балл

Тип задания: Выбор варианта

Задание №17

Как называется гимнастическое упражнение, при выполнении которого тело принимает вертикальное положение головой вниз, опираясь на плечи и верхнюю часть спины?

- Стойка на голове
- Стойка на руках
- Стойка на лопатках
- Мостик

Правильный ответ:

Стойка на лопатках

Максимальное количество баллов за задание – 1 балл

Тип задания: Ввод варианта

Задание №18

Какой вид спорта называют «Королевой спорта»?

Допустимые вариации правильного ответа:

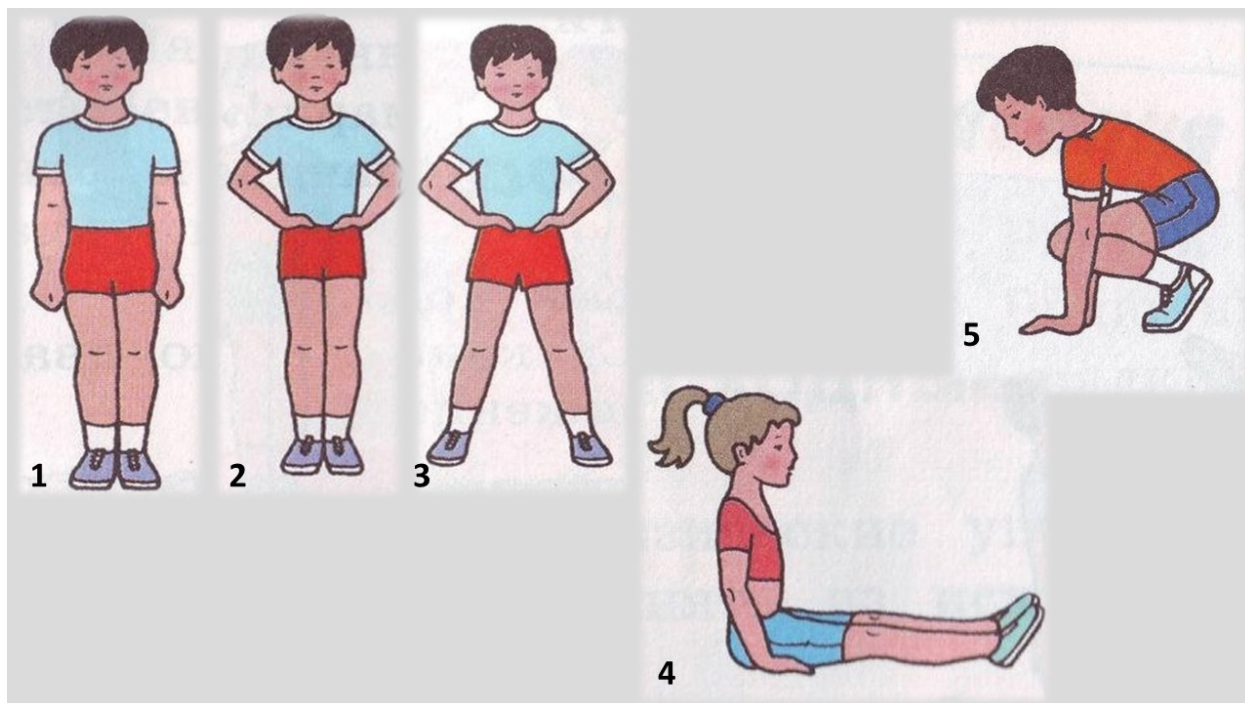
- ✓ Легкая атлетика
- ✓ легкая атлетика
- ✓ Лёгкая атлетика
- ✓ лёгкая атлетика

Максимальное количество баллов за задание – 2 балла

Тип задания: Задания с иллюстрациями или графическими изображениями двигательных действий

Задание №19

Запишите название изображенных на рисунках исходных положений.



Правильный ответ:

1. Основная стойка
2. Стойка руки на пояс
3. Стойка ноги врозь руки на пояс

4. Сед
5. Упор присев

Максимальное количество баллов за задание – 5 балла. Правильно указанная позиция в этом задании оцениваются в 1 балл

Тип задания: Сопоставление варианта(-ов)

Задание №20

Сопоставьте название видов спорта и фамилии спортсменов, представителей данных видов

Спортсмены:

- Лев Яшин
- Наталья Ищенко
- Юлия Ефимова
- Сергей Белов
- Мария Шарапова
- Александр Большунов

Виды спорта:

- Синхронное плавание
- Плавание
- Баскетбол
- Спортивная гимнастика
- Теннис
- Лыжный спорт

Правильный ответ:

- Лев Яшин - Футбол
- Наталья Ищенко - Синхронное плавание
- Юлия Ефимова - Плавание
- Сергей Белов - Баскетбол
- Мария Шарапова - Теннис
- Александр Большунов – Лыжный спорт

Максимальное количество баллов за задание – 3 балла. Правильно указанная позиция в этом задании оцениваются в 0,5 балла