

**Задания школьного этапа Всероссийской олимпиады школьников
по предмету «Физическая культура» 9-11 класс
2025-2026**

для загрузки заданий на платформу Сириус

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Максимально возможный, который может получить участник олимпиады составит 32 балла.

Время выполнения заданий – 45 минут.

Тип задания: Выбор варианта

Задание №1

Что не является целями Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»:

- Укрепление здоровья населения.
- Гармоничное и всестороннее развитие личности.
- Воспитание патриотизма.
- Обеспечение преемственности в физическом воспитании граждан.
- Получение Знака отличия ВФСК «ГТО»
- Повышение эффективности использования средств физической культуры и спорта.

Правильный ответ:

Получение Знака отличия ВФСК «ГТО»

Максимальное количество баллов за задание – 1 балл.

Тип задания: Выбор варианта

Задание №2

Какой из представленных видов спорта в Олимпийской программе игр 2028 года ранее не входил в программу олимпийских игр?

- Бейсбол
- Сквош
- Флаг-футбол
- Крикет
- Лакросс
- Софтбол

Правильный ответ:

Флаг-футбол

Максимальное количество баллов за ответ – 1 балл.

Тип задания: Выбор варианта

Задание №3

Для чего во время занятий спортом осуществляют контроль за частотой сердечных сокращений ?

- ☐ Чтобы избежать травм
- ☐ Для измерения уровня кислорода в крови
- ☐ Для контроля интенсивности нагрузки
- ☐ Чтобы увеличить вес спортсмена

Правильный ответ:

Для контроля интенсивности нагрузки

Максимальное количество баллов за ответ – 1 балл.

Тип задания: Выбор варианта

Задание №4

В каком виде спорта используется оценка поля как «слабое» или «сильное»?

- ☐ Гольф
- ☐ Крикет
- ☐ Шахматы
- ☐ Регби

Правильный ответ:

Шахматы

Максимальное количество баллов за ответ – 1 балл.

Тип задания: Выбор варианта

Задание №5

Что служит основным источником энергии для человеческого организма?

- ☐ Белки
- ☐ Жиры

- ☐ Углеводы
- ☐ Аминокислоты

Правильный ответ:

Углеводы

Максимальное количество баллов за ответ – 1 балл.

Тип задания: Выбор варианта

Задание №6

Главным документом проведения соревнований является ...

- ☐ Приказ о проведении соревнований
- ☐ Протокол соревнований
- ☐ Положение о соревнованиях
- ☐ Правила вида спорта

Правильный ответ:

Положение о соревнованиях

Максимальное количество баллов за ответ – 1 балл.

Тип задания: Выбор варианта

Задание №7

Каким прибором измеряется жизненная емкость легких?

- ☐ Глюкометр
- ☐ Тонометр
- ☐ Спирометр
- ☐ Гигрометр

Правильный ответ:

Спирометр

Максимальное количество баллов за ответ – 1 балл.

Тип задания: Выбор варианта

Задание №8

Чему равна ширина зоны подачи в волейболе?

- ☐ 3 метра
- ☐ 5 метров
- ☐ 9 метров
- ☐ 10 метров

Правильный ответ:

9 метров

Максимальное количество баллов за ответ – 1 балл.

Тип задания: Выбор варианта

Задание №9

Что такое дриблинг в спорте?

- ☐ Обманное движение, которое позволяет ввести соперника в заблуждение
- ☐ Технический приём, позволяющий обойти соперников сохраняя контроль над мячом
- ☐ Намеренная передача одного предмета другому игроку
- ☐ Защитное действие, не позволяющее атаковать сопернику

Правильный ответ:

Технический приём, позволяющий обойти соперников сохраняя контроль над мячом

Максимальное количество баллов за ответ – 1 балл.

Тип задания: Выбор варианта

Задание №10

Когда стартовали первые паралимпийские игры?

- ☐ 1952 год
- ☐ 1956 год
- ☐ 1960 год
- ☐ 1964 год

Правильный ответ:

1960 год

Максимальное количество баллов за ответ – 1 балл.

Тип задания: Выбор варианта

Задание №11

В каком виде спорта наши паралимпийцы выступили под государственным флагом в 2025 году?

- ☐ Плавание
- ☐ Пауэрлифтинг
- ☐ Легкая атлетика
- ☐ Гребля на байдарках и каноэ

Правильный ответ:

Пауэрлифтинг

Максимальное количество баллов за ответ – 1 балл.

Тип задания: Выбор варианта

Задание №12

Для оценки реакции организма на дозированную нагрузку проводят ...

- ☐ Забег на длинную дистанцию
- ☐ Тестирование физической подготовленности
- ☐ Функциональные пробы
- ☐ Измерение антропометрических данных

Правильный ответ:

Функциональные пробы

Максимальное количество баллов за ответ – 1 балл.

Тип задания: Выбор нескольких вариантов ответа

Задание №13

В каких видах спорта не используется мяч?

- ☐ Футбол
- ☐ Регби
- ☐ Кёрлинг
- ☐ Водное поло
- ☐ Хоккей
- ☐ Бадминтон
- ☐ Гольф

Правильный ответ:

Кёрлинг

Хоккей

Максимальное количество баллов за ответ – 1 балл. Полный правильный ответ 1 балл. Если в ответе содержится хотя бы одна неверная позиция, то ответ считается неверным.

Тип задания: Ввод варианта

Задание №14

Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья, с ограниченными физическими и умственными возможностями (инвалидами) называется ...

Правильный ответ:

- ✓ Адаптивная физическая культура
- ✓ адаптивная физическая культура
- ✓ АФК
- ✓ Адаптивная физкультура
- ✓ адаптивная физкультура

Максимальное количество баллов за задание – 2 балла

Тип задания: Ввод варианта

Задание №15

Защитный приём в волейболе, при котором игроки выпрыгивают у сетки и выставляют руки называется ...

Правильный ответ:

- ✓ Блок
- ✓ блок

Максимальное количество баллов за задание – 2 балла

Тип задания: Ввод варианта

Задание №16

Состояние полноценного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезни и физических дефектов это ...

Правильный ответ:

- ✓ Здоровье
- ✓ здоровье

Максимальное количество баллов за задание – 2 балла

Тип задания: Сопоставление варианта(-ов)

Задание №17

Сопоставьте вид спорта и фамилии спортсменов, представителей данных видов.

Виды спорта:

- Фигурное катание
- Хоккей
- Синхронное плавание

- Художественная гимнастика
- Спортивная гимнастика
- Шахматы

Спортсмены:

- Александр Овечкин
- Светлана Хоркина
- Сергей Карякин
- Светлана Ромашина
- Ляйсан Утяшева
- Татьяна Навка

Правильный ответ:

- ✓ Фигурное катание - Татьяна Навка
- ✓ Хоккей - Александр Овечкин
- ✓ Синхронное плавание - Светлана Ромашина
- ✓ Художественная гимнастика - Ляйсан Утяшева
- ✓ Спортивная гимнастика - Светлана Хоркина
- ✓ Шахматы - Сергей Карякин

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

Тип задания: Задания с иллюстрациями или графическими изображениями двигательных действий

Задание №18

Запишите упражнение изображённое на рисунке.



Правильный ответ и допустимые вариации правильного ответа:

Исходное положение - Основная стойка

исходное положение - основная стойка
ИП - Основная стойка
ИП - ОС
И.П. - О.С.
и.п. о.с

1 - Упор согнувшись

1- упор согнувшись
На раз упор согнувшись
на раз упор согнувшись
На 1 упор согнувшись
на 1 упор согнувшись
Упор согнувшись
упор согнувшись

2 - Упор присев

2 - упор присев
Упор присев
упор присев
На 2 упор присев
на 2 упор присев
На 2 упор присев
на 2 упор присев
На два упор присев
на два упор присев
На два упор присев
на два упор присев

3 - Упор согнувшись

3 - упор согнувшись
На три упор согнувшись
на три упор согнувшись
На 3 упор согнувшись
На 3 упор согнувшись
на 3 упор согнувшись
Упор согнувшись
упор согнувшись

4 - Исходное положение

На 4 исходное положение
на 4 исходное положение
На четыре исходное положение
на четыре исходное положение
На 4 ИП
На 4 и.п.
Исходное положение
исходное положение

Основная стойка
 основная стойка
 ОС
 О.С.
 ос
 о.с.
 Исх. Положение
 исх. положение

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

Тип задания: Задание-задача

Вопрос № 19

Реши задачу: Перед Вами турнирные таблицы двух групп игр по баскетболу. Вычислите сколько очков набрала каждая команда за турнир, определи место команд в турнирной таблице. Определите какие команды будут играть в 1/2 финала (финал четырёх) этого турнира?

Турнирная таблица соревнований по баскетболу

1 группа

| № | Команда | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | Сумма очков | Место |
|---|------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|----------------|-------|
| 1 | Медведи | | $\frac{22 : 17}{2}$ | $\frac{0 : 20}{0}$ | $\frac{32 : 12}{2}$ | $\frac{27 : 31}{1}$ | | |
| 2 | Лучники | $\frac{17 : 22}{1}$ | | $\frac{15 : 29}{1}$ | $\frac{39 : 24}{2}$ | $\frac{16 : 25}{1}$ | | |
| 3 | Стрела | $\frac{20 : 0}{2}$ | $\frac{29 : 15}{2}$ | | $\frac{61 : 26}{2}$ | $\frac{38 : 21}{2}$ | | |
| 4 | Атлеты | $\frac{12 : 32}{1}$ | $\frac{24 : 39}{1}$ | $\frac{26 : 61}{1}$ | | $\frac{12 : 52}{1}$ | | |
| 5 | Небоскрёбы | $\frac{31 : 27}{2}$ | $\frac{25 : 16}{2}$ | $\frac{21 : 38}{1}$ | $\frac{52 : 12}{2}$ | | | |

Турнирная таблица соревнований по баскетболу

2 группа

| № | Команда | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | Сумма очков | Место |
|---|-----------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|----------------|-------|
| 1 | Орлы | | $\frac{42 : 2}{2}$ | $\frac{53 : 13}{2}$ | $\frac{20 : 28}{1}$ | $\frac{55 : 15}{2}$ | | |
| 2 | Северяне | $\frac{2 : 48}{1}$ | | $\frac{12 : 23}{1}$ | $\frac{2 : 42}{1}$ | $\frac{46 : 13}{2}$ | | |
| 3 | Смельчаки | $\frac{13 : 53}{1}$ | $\frac{23 : 12}{2}$ | | $\frac{0 : 20}{0}$ | $\frac{51 : 17}{2}$ | | |
| 4 | Атакующие | $\frac{28 : 20}{2}$ | $\frac{42 : 2}{2}$ | $\frac{20 : 0}{2}$ | | $\frac{63 : 16}{2}$ | | |
| 5 | Тигры | $\frac{15 : 55}{1}$ | $\frac{13 : 46}{1}$ | $\frac{17 : 51}{1}$ | $\frac{16 : 63}{1}$ | | | |

Правильный ответ:

В 1/2 финала встретятся команды «Стрела», «Небоскребы», «Атакующие», «Орлы».

Возможные варианты ответа:

В финале четырех будут играть команды Стрела, Небоскрёбы, Атакующие, Орлы.

Стрела, Небоскрёбы, Атакующие, Орлы

Турнирная таблица соревнований по баскетболу

1 группа

| № | Команда | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | Сумма очков | Место |
|---|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|----------------|-------|
| 1 | Медведи | | 22 : 17 2 | 0 : 20 0 | 32 : 12 2 | 27 : 31 1 | 5 | 3 |
| 2 | Лучники | 17 : 22 1 | | 15 : 29 1 | 39 : 24 2 | 16 : 25 1 | 5 | 4 |
| 3 | Стрела | 20 : 0 2 | 29 : 15 2 | | 61 : 26 2 | 38 : 21 2 | 8 | 1 |
| 4 | Атлеты | 12 : 32 1 | 24 : 39 1 | 26 : 61 1 | | 12 : 52 1 | 4 | 5 |
| 5 | Небоскрёбы | 31 : 27 2 | 25 : 16 2 | 21 : 38 1 | 52 : 12 2 | | 7 | 2 |

Турнирная таблица соревнований по баскетболу

2 группа

| № | Команда | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | Сумма очков | Место |
|---|-----------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|----------------|-------|
| 1 | Орлы | | <u>42 : 2</u> 2 | <u>53 : 13</u> 2 | <u>20 : 28</u> 1 | <u>55 : 15</u> 2 | 7 | 2 |
| 2 | Северяне | <u>2 : 48</u> 1 | | <u>12 : 23</u> 1 | <u>2 : 42</u> 1 | <u>46 : 13</u> 2 | 5 | 4 |
| 3 | Смелчаки | <u>13 : 53</u> 1 | <u>23 : 12</u> 2 | | <u>0 : 20</u> 0 | <u>51 : 17</u> 2 | 5 | 3 |
| 4 | Атакующие | <u>28 : 20</u> 2 | <u>42 : 2</u> 2 | <u>20 : 0</u> 2 | | <u>63 : 16</u> 2 | 8 | 1 |
| 5 | Тигры | <u>15 : 55</u> 1 | <u>13 : 46</u> 1 | <u>17 : 51</u> 1 | <u>16 : 63</u> 1 | | 4 | 5 |

Максимальное количество баллов за задание – 4,0 балла. Полный верный ответ оценивается в 4,0 балла. Неверный ответ и отсутствие решения оценивается в 0 баллов. Ответ, в котором содержится запись верного решения и расчёты, но допущена арифметическая ошибка оценивается в 0 баллов. Только верный ответ, без записи решения и расчётов, оценивается в 0 баллов.