ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ

по предмету «Физическая культура»

Школьный этап 2026-27 уч. года

5-6 класс Ленинградская область

Инструкция по выполнению задания

Вам предлагаются задания, основанные на содержании образовательных программ основного общего и среднего общего образования углубленного уровня по предмету «Физическая культура». Задания объединены в 6 групп:

1. **Задания в закрытой форме №№ 1-10**, то есть с предложенными вариантами ответов.

Задания № 1-10 представлены в форме незавершенных утверждений, которые при завершении могут оказаться либо истинными, либо ложными. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильное завершение из предложенных вариантов. 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: «а», «б», «в» или «г», например:

№ вопроса	Варианты ответов а	б	в	г	№ вопроса	Варианты ответов а	б	в	г
1	X				6		X		
2		X			7			X	
3		X			8	X			
4			X		9			X	X
5	X				10	X	X		

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте незнакомые задания. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.

2. **Задания в открытой форме №№ 11-12,** то есть без предложенных вариантов ответов. При выполнении этих заданий необходимо самостоятельно подобрать определения (слова), которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подобранные определения записывайте в соответствующую графу бланка ответов. Записи должны быть разборчивыми.

3. **Задания с иллюстрациями в открытой форме № 13-14.** При выполнении этих заданий необходимо указать название технических элементов, изображенных на рисунке. Ответы записывайте соответствующую графу бланка ответов. Записи должны быть разборчивыми.

4. **Задания на установление соответствия №№ 15-16.** При выполнении этих заданий необходимо установить соответствие между позициями двух представленных списков.

5. **Задание на выбор верных позиций № 17.**

6. **Задания-задачи № 18-19.** Решения и полные ответы разборчиво записывайте в бланк ответов.

При выполнении заданий используйте черновик. Записи, выполненные на черновике, не оцениваются.

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

Время выполнения заданий – 45 минут.

Слова, написанные с ошибками, оцениваются как неверный ответ. Исправления и зачеркивания оцениваются как неверный ответ.

Задания в закрытой форме

1. В каком году и в каком городе состоялись XXII Летние Олимпийские игры ...

а) 1980 г. - Москва
б) 1988 г. - Калгари
в) 2014 г. - Сочи
г) 1928 г. – Сент-Мориц

2. Что из перечисленного является физическим качеством человека …

а) сообразительность
б) гибкость
в) трудолюбие
г) здоровье

3. Какой снаряд используется для метания на уроках физической культуры в школе …

а) баскетбольный мяч
б) теннисный мяч
в) футбольный мяч
г) волейбольный мяч

4. Какой способ прыжка в высоту считается наиболее результативным …

а) перешагивание
б) волна
в) перекидной
г) фосбери-флоп

5. Согласованное напряжение и расслабление мышц называется …

а) мышечная координация
б) двигательная координация
в) нервная координация
г) координационные способности

6. При сдаче испытания «подтягивание» комплекса ГТО оценивают …

а) время, за которое обучающийся выполняет подтягивание
б) общее количество повторений
в) количество повторений за 30 секунд
г) правильность выполнения подтягивания

7. Основными принципами правильного питания являются…

а) рациональность, сбалансированность, разнообразие, соблюдение режима

б) не переедать на ночь, не есть вредные продукты, соблюдать диету
в) соблюдение диет
г) сбалансированность, калорийность, наличие витаминов и микроэлементов

8. Ослабление мышечной деятельности организма в результате малоподвижного образа жизни…

а) гипотония
б) гиподинамия
в) гипокинезия
г) гикогликемия

9. При выполнении подъёмов и спусков на лыжах используются термины… Отметьте все позиции ...

а) лесенка
б) ступеньки
в) ступор
г) плуг

10. Какой из видов спорта относится к игровым ... Отметьте все позиции ...

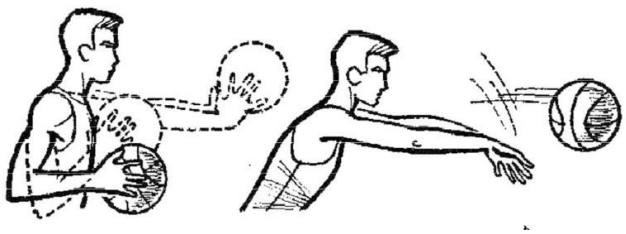
а) лёгкая атлетика
б) волейбол
в) керлинг
г) флорбол

Задания в открытой форме

11. Величина воздействия физических упражнений на организм занимающихся, называется…

12. Занимающийся, стоящий в колонне первым называется…

13. Укажите способ передачи мяча, изображённый на рисунке...



14. Наиболее рациональный способ выполнения двигательного действия…

Задания на соответствие

15. Установите соответствие понятий и определений. Сопоставьте название элемента и вида спорта, где он используется ...

	Элемент		***Вид спорта***
1	«Финт»	А	Фигурное катание
2	«Аксель»	Б	Борьба
3	«Захват»	В	Футбол

16. Установите соответствие между максимальным количеством игроков в каждой команде (на игровом поле или площадке, в бассейне) во время игры и видом спорта. Ответ буквами запишите в бланк ответов.

Вид спорта		***Количество игроков***	
1	Баскетбол	А	3
2	Водное поло	Б	4
3	Волейбол	В	5
4	Гандбол	Г	6
5	Голбол	Д	7
6	Пляжный футбол	Е	8
7	Регби-7	Ж	9
8	Стритбол	З	10
9	Флорбол	И	11
10	Хоккей на траве	К	12

Задание на выбор верных позиций

17. Из предложенного списка определите виды спорта, требующих преимущественного проявления выносливости, координационных способностей и силы. Ответ цифрами запишите в соответствующую клетку в бланке ответов.

1. Армрестлинг
2. Горнолыжный спорт
3. Лыжные гонки
4. Пауэрлифтинг
5. Прыжки в воду
6. Прыжки на батуте
7. Спортивное ориентирование
8. Триатлон
9. Тяжелая атлетика
10. Фигурное катание

Задания-задачи.

18. ***Какова будет окончательная оценка участника за исполнение гимнастического упражнения, если оценка судьи № 1 - 8,5 баллов; оценка судьи №2 - 9,0 баллов; оценка судьи №3 - 8,8 баллов; оценка судьи №4 - 8,0 баллов (без учёта расхождения в оценках судей). Ответ округлите до сотых, решение с обоснованием запишите в бланк ответа ...***

19. ***На основании информации, указанной во фрагменте протокола соревнований по лыжным гонкам, определите результат (в часах, минутах и секундах) и место каждого участника соревнований.***
В бланке ответов заполните таблицу и цифрами запишите недостающую информацию в поле «ответ».

Протокол соревнований по лыжным гонкам (фрагмент)

Стартовый номер	Время старта	Время финиша
3	0:00:45	0:24:21
5	0:01:15	0:25:59
6	0:01:30	0:25:41
9	0:02:15	0:26:05
10	0:02:30	0:26:21

Вы выполнили задание.

Поздравляем!