ФИЗКУЛЬТУРА
ВСЕРОССИЙСКАЯ
ОЛИМПИАДА
ШКОЛЬНИКОВ

Задания
муниципального этапа
2026-2027 учебный год
9-11 класс

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 7 групп:

1. Задания в закрытой форме №№ 1-15, то есть с предложенными вариантами ответов. При выполнении этих заданий необходимо из предложенных вариантов выбрать правильное завершение утверждения, представленного в вопросе или вариант правильного ответа на вопрос. Правильным является только один ответ – тот, который наиболее полно соответствует смыслу вопроса.

1	а	б	в	г

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 №№ 16-19, то есть без предложенных вариантов ответов. При выполнении этого задания необходимо ответить на вопрос или самостоятельно подобрать определения (слова), которое, завершая высказывание, образуют истинное утверждение. Подобранные определения вписывайте в соответствующую графу бланка ответов. Слова, написанные с ошибками, оцениваются как неверный ответ.

3. Задания на установление соответствия №№ 20. При выполнении этого задания необходимо установить соответствие между позициями в представленных списках. Ответы записывайте в соответствующую графу бланка ответов.

4. Задание, процессуального или алгоритмического толка № 21. Записи выполняются в бланке ответов. Записи должны быть разборчивыми.

5. Задание в форме, предполагающей перечисление известных фактов, характеристик №22 Записи выполняются в бланке ответов. Записи должны быть разборчивыми.

6. Задание с иллюстрациями-№ 23. Ответы записывайте в соответствующую графу бланка ответов.

7. Задание кроссворды (ребусы) №24 Ответы записывайте в соответствующую графу бланка ответов.

8. Задания- задачи № 25.

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

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

Время выполнения заданий – 45 минут.

Записи ответов должны быть разборчивыми.

Исправления и зачеркивания оцениваются как неверный ответ.

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ

Задания в закрытой форме

1. ***Статические, динамические, циклические, ациклические и комбинированные физические упражнения относятся к классификации …***

а. физиологической.

б. по признаку спортивной специализации.

в. по признаку особенностей мышечной деятельности.

г. биомеханической.

2. ***Лордоз - ...***

а**.** искривление позвоночника вперёд.

б. искривление позвоночника назад.

в. искривление позвоночника вправо.

г. искривление позвоночника влево.

3. ***Состояние организма, дающее человеку возможность в максимальной степени реализовать свою генетическую программу в условиях конкретного социокультурного бытия данного человека, называется …***

а. закаленностью.

б. конституцией (биотипом).

в. здоровьем.

г. работоспособностью.

4. ***Развитию выносливости соответствует режим работы и отдыха, когда каждое последующее упражнение выполняется в фазе ...***

а. недовосстановления работоспособности.

б. полного восстановления работоспособности.

в. сверхвосстановления.

г. повышенной работоспособности.

5. ***Вид воспитания, специфическим содержанием которого являются обучение движениям, воспитание физических качеств, овладение специальными физкультурными знаниями и формирование осознанной потребности в физкультурных занятиях, называется:***

а. физической культурой.

б. физической подготовкой.

в. физическим воспитанием.

г. физическим образованием.

6. ***Принципом, предусматривающим оптимальное соответствие задач, средств и методов физического воспитания возможностям занимающихся, является:***

а. принцип сознательности и активности.

б. принцип доступности и индивидуализации.

в. принцип научности.

г. принцип связи теории с практикой.

7. Система организационно-методических мероприятий, позволяющих наметить направление специализации юного спортсмена в определенном виде спорта, называется:

а. спортивным отбором.

б. спортивной ориентацией.

в. педагогическим тестированием.

г. диагностикой предрасположенности.

8. Реакция организма занимающихся на физическую нагрузку в процессе урока (занятия) определяется с помощью:

а. оперативного контроля.

б. текущего контроля.

в. итогового контроля.

г. рубежного контроля.

9. Годичный цикл спортивной тренировки делится на следующие периоды:

а. втягивающий, базовый, восстановительный.

б. подготовительный, соревновательный, переходный.

в. тренировочный, основной, соревновательный.

г. осенний, зимний, весенний, летний.

10. Конечной целью и сущностью спорта является:

а. физическое совершенствование человека, реализуемое в условиях соревновательной деятельности.

б. совершенствование двигательных умений и навыков занимающихся.

в. выявление, сравнение и сопоставление человеческих возможностей.

г. развитие физических (двигательных) способностей в соответствии с индивидуальными возможностями занимающихся.

11. Из следующих понятий: «индивид», «личность», «субъект деятельности», «индивидуальность» - наиболее широким по содержанию является понятие:

а. индивида.

б. личности.

в. субъекта деятельности.

г. индивидуальности.

12. Священное перемирие, заключаемое на время проведения античных Игр Олимпиад, именовалось как…

а. анахарсис;

б. экехерия;

в. эланодокия;

г. меланкомос.

13. Различают следующие фазы выполнения физических упражнений:

а. главная, второстепенная, вспомогательная;

б. прямолинейная, криволинейная, волнообразная;

в. подготовительная, основная, заключительная;

г. вводная, главная, заключительная.

14. Показатели жизненной емкости легких, мышечной силы рук, становой силы относятся к …показателям физического развития человека.

а. соматометрическим;

б. физиометрическим;

в. функциональным;

г. техническим.

15 Мышцы, работающие в суставе в одном направлении, являются …

а. антогонистами;

б. двуглавыми;

в.синергистами;

г. гладкими.

Задания в открытой форме

16.Процесс, направленный на воспитание двигательных качеств, способностей, необходимых в жизни и спортивной деятельности, принято называть … подготовкой

17. В подростковый период силовые упражнения могут служить препятствием к увеличению … ..

18. Метод, при котором длительность интервалов отдыха между повторениями упражнений находится в зависимости от оперативного состояния спортсмена, обозначается как … .

19. Регистрация биотоков сердца называется……..

Задания на «соответствие»

20. Установите соответствие между способностями человека при выполнении физической работы, от которых, в первую очередь, зависит ее результативность, и факторами, ее обеспечивающими:

Способности человека	Факторы, обеспечивающие способности человека
1. Способность человека осуществлять большое количество работы, выполняемой за счет энергии окислительной системы без накопления молочной кислоты, в первую очередь, зависит от …	А)… функциональной устойчивости
2. Способность человека сохранять заданные технические и тактические параметры деятельности, несмотря на нарастающее утомление, в первую очередь, зависит от …	Б)… факторов функциональной и биохимической экономизации
3. Способность человека терпеть неблагоприятные сдвиги во внутренней среде организма в процессе выполнения работы, в первую очередь, зависит от …	В) …биомеханических факторов
4. Способность человека выполнять объемные виды физической работы, в первую очередь, зависит от …	Г) … личностно-психических факторов
	Д) ... биоэнергетических факторов

Задание процессуального или алгоритмического толка

21. Определите правильную последовательность упражнений при обучении кувырку вперед. Ответ цифрами запишите в бланке ответов.

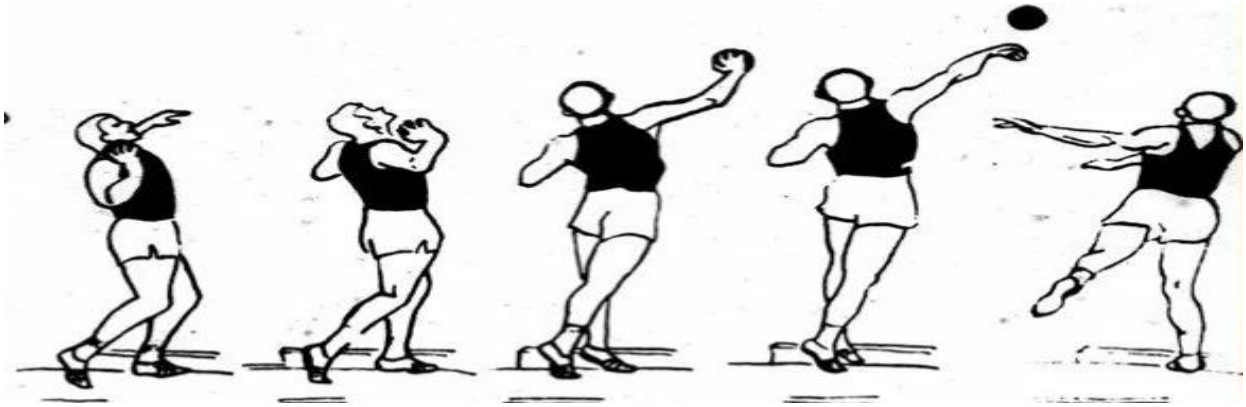
1. Из упора присев перекат назад в группировке с последующей опорой руками за головой и перекат вперед.
2. Группировка из различных исходных положений.
3. Из упора присев кувырок вперед в упор присев.
4. Из упора стоя на коленях перекат в сторону.
5. Из упора присев перекат назад и перекатом вперед сед в группировке.
6. Из упора присев перекат назад и перекатом вперед упор присев.
7. Из упора присев кувырок вперед в сед в группировке.

Задания, предполагающие перечисление

22. Перечислите спортивные дисциплины легкой атлетики, включенные в соревнования всех легкоатлетических многоборий (десятиборье, семиборье, пятиборье) у мужчин и женщин на соревнованиях в летний и зимний периоды.

Задания с иллюстрациями

23. Определите на рисунке вид легкой атлетики

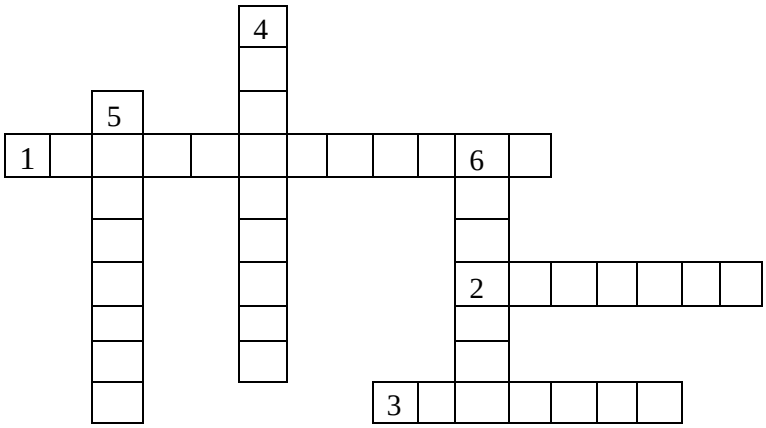


Задание –кроссворд

24 Решите кроссворд. В бланке ответов впишите название времени игры в указанных видах спорта.

По горизонтали	*По вертикали:*
1 — способность организма длительное	**4** — величина размаха движения, диапазон

время выполнять физическую работу без снижения эффективности.	подвижности в суставе.
2— наиболее рациональный и эффективный способ выполнения спортивного движения.	**5** — временной промежуток между подходами или упражнениями, важный для восстановления.
3 — время от появления сигнала до начала ответного движения; важный показатель в спринте и единоборствах.	**6** — план действий спортсмена или команды в соревновании с учётом особенностей соперника и условий.



Задание – задача.

25. Какова будет окончательная оценка участника за исполнение гимнастического упражнения, если оценка арбитра – 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 и запишите в бланк ответа.

ФИЗКУЛЬТУРА
ВСЕРОССИЙСКАЯ
ОЛИМПИАДА
ШКОЛЬНИКОВ

Критерии оценивания заданий муниципального этапа 2026-2027 учебный год 9-11 класс

Критерии и методика оценивания

№ задания	Правильный ответ	Количество баллов, критерии оценивания
1	г	Правильный ответ оценивается в 1 балл, неправильный – 0 баллов. Ответ с исправлениями оценивается как неверный.
2	а	
3	в	
4	а	
5	в	
6	б	
7	б	
8	а	
9	б	
10	в	
11	г	
12	б	
13	в	
14	б	
15	б	
Максимальная оценка за группу заданий №№ 1–15– 15,0 баллов		
16	физической	Правильный ответ оценивается в 1 балла, неправильный – 0 баллов. Ответы с орфографическими ошибками, зачеркиваниями и исправлениями оцениваются как неверный ответ.
17	роста	
18	повторный	
19	электрокардиограмма (ЭКГ)	
Максимальная оценка за группу заданий №№ 16–19– 4,0 балла		
20	1-Б, 2- А, 3-Г, 4-Д	Каждая верно указанная позиция оценивается в 1 балл, неправильная – 0 баллов. Ответ с исправлениями оценивается как неверный**.**
Максимальная оценка за группу заданий № 20 – 4,0 балла		
21	2,5,6,7,3	Полный правильный ответ – правильно выбраны упражнения и определена верная последовательность оценивается в 5 баллов. Если правильно выбраны упражнения, но указана неверная последовательность, ответ оценивается в 1 балл. Если в ответе указано хотя бы одно неверное упражнение (1, 4), то ответ оценивается в 0 баллов. Максимальная оценка за ответ- 5,0 баллов.
Максимальная оценка за группу заданий № 21 – 5,0 баллов		
22	1. прыжок в длину, 2. прыжок в высоту, 3. толкание ядра.	Правильный ответ оценивается в 1 балла, неправильный – 0 баллов. Ответы с орфографическими ошибками, зачеркиваниями и исправлениями оцениваются как неверный ответ.
Максимальная оценка за группу заданий № 22 – 1,0 балл		

23	Толкание ядра	Каждое верно описанное графическое изображение оценивается в 1,0 балл, неверный ответ – 0 баллов. Ответы с орфографическими ошибками, зачеркиваниями и исправлениями оцениваются как неверный ответ.
Максимальная оценка за группу заданий № 23 – 1,0 балл		
24	*По горизонтали*: выносливость, техника, реакция *По вертикали*: амплитуда, интервал, тактика	За каждую правильную позицию 0,5 балла. Максимальный балл – 3
Максимальная оценка за группу заданий № 24 – 3,0 балла		
25	Лучшая (9,0) и худшая (8,0) оценки не учитываются («отбрасываются»), далее рассчитывается среднее арифметическое значение оставшихся оценок. (8,5 + 8,8) : 2 = 8,65 Ответ: оценка участника равна 8,65 балла.	Полный правильный и обоснованный ответ оценивается в 3,0 баллов. Верный ответ, в котором содержится решение (без обоснования, только подсчет среднего арифметического) оценивается в 2,0 балла. Ответ с верным ходом решения и обоснованием, но с арифметической ошибкой в расчетах оценивается в 1,0 балл. Запись только ответа, в том числе и верного, оценивается в 0 баллов.
Максимальная оценка за группу заданий № 25 – 3 балла		

Итоговая оценка представляется суммой баллов оценки выполненных заданий

Задания в закрытой группе №№ 1–15	15,0 баллов
Задания в открытой группе №№ 16-19	4,0 балла
Задания на «соответствие»№ 20	4,0 балла
Задание процессуального или алгоритмического толка №21	5,0 баллов
Задания, предполагающие перечисление №22	1,0 балл
Задания с иллюстрациями №23	1,0 балл
Задания –кроссворд №24	3,0 балла
Задание – задача №25	3,0 балла

Максимальная оценка результата участника 9-11 классов в теоретико-методическом испытании определяется арифметической суммой всех баллов, полученных за выполнение заданий, и не должна превышать 36 баллов. Далее полученный результат пересчитывается по формуле в «зачетный» балл.

$$Xi = \frac{K*Ni}{M} \text{ (1), где:}$$

Xi – «зачетный» балл i –го участника;

K – максимально возможный «зачетный» балл в конкретном туре (по регламенту);

Ni– результат i участника в конкретном туре;

M – максимально возможный результат в конкретном туре.

НАПРИМЕР, результат участника **(7 класса)** в теоретическом туре составил **33** балла (**Ni=33**) из **36** максимально возможных (**M=36**). Максимально возможный «зачетный» балл (по регламенту) по теоретическому туру - 20 баллов (**K=20**).

Подставляем в формулу (1) значения Ni, K, и M и получаем «зачетный» балл i участника: Xi= 20*33/36=18,33 баллов.

*Максимальное количество зачетных баллов за теоретический тур **(20 баллов)** может получить участник, набравший максимальный результат в данном конкурсе **(36 баллов)**. Участник показавший лучший результат, но НЕ набравший в теоретическом туре максимальное количество баллов **НЕ МОЖЕТ** получить максимальный зачетный балл – **20**.*

ФИЗКУЛЬТУРА
ВСЕРОССИЙСКАЯ
ОЛИМПИАДА
ШКОЛЬНИКОВ

Бланки ответов
муниципального этапа
2026-2027 учебный год
9-11 класс

Шифр _____

БЛАНК ОТВЕТОВ

№ вопроса	Варианты ответов			
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

№ вопроса	Варианты ответов			
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
15	а	б	в	г

16. _____

17._____

18._____

19._____

20.

1	2	3	4	5	6

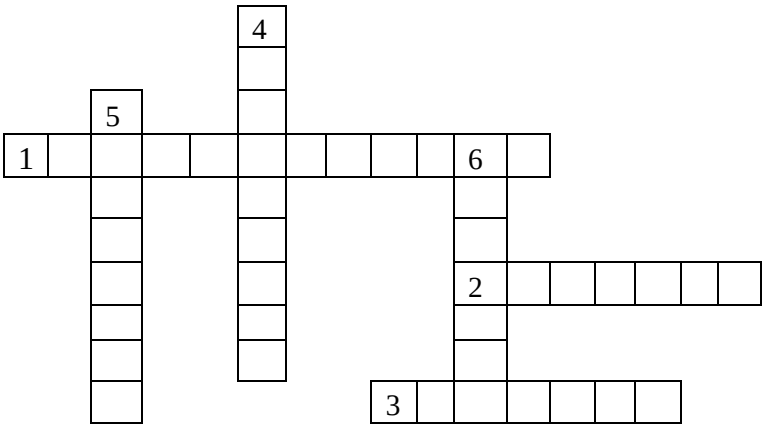
21._____

22.

1	2	3

23._____

24.



Задание-задача

25.
Решение._____
_____
_____
_____
_____
_____
_____

Ответ. _____

Оценка (слагаемые и сумма баллов) _____

Подписи и ФИО членов жюри _____ _____

_____ _____