ФК – 11 – 03 Пример

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА 2026–2027 уч. г.
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП

Теория – 36
Практика – 41
77 б

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР
9–11 классы

1. **В каком городе находится Международная олимпийская академия?** а) Лозанна; б) Париж; в) Афины; г) Олимпия.
2. **К какой разновидности физической культуры относится физкульт-минутка?**
   а) гигиенической; б) производственной;
   в) базово-пролонгирующей; г) лечебной.
3. **Кто был первым президентом российского олимпийского комитета?**
   а) А.Д. Бутовский; б) Г.И. Рибопьер; в) Н.А. Панин-Коломенкин;
   г) В.И. Срезневский.
4. **Какие упражнения целесообразно использовать для снижения избыточной массы тела?**
   а) сложно-координационные; б) статические;
   в) скоростно-силовые; г) циклические.
5. **Какому физическому качеству нужно уделять наибольшее внимание для повышения общего уровня здоровья?**
   а) выносливости;
   б) быстроте;
   в) ловкости; г)
   гибкости.
6. **Какие упражнения используются для увеличения гибкости?**
   а) с внешним отягощением;
   б) махи с максимальной амплитудой;
   в) движения с максимальной частотой; г) всё перечисленное
7. **В каком виде спорта ограничено время владения мячом?**
   а) в футболе;
   б) в волейболе;
   в) в баскетболе;
   г) всё перечисленное.
8. **Какие выделяют виды выносливости?**
   а) основную и дополнительную;
   б) общую и специальную;
   в) главную и побочную;
   г) специфическую и неспецифическую.
9. **Какие упражнения применяют для формирования правильной осанки?**
   а) строевые упражнения;
   б) упражнения для мышц брюшного пресса и спины;
   в) упражнения, моделирующие фрагменты основной позы прямостояния;
   г) всё перечисленное.
10. **Что является специфическим содержанием спорта?**
    а) выступление на соревнованиях;
    б) занятия в фитнес-клубе;
    в) выполнение физических упражнений;
    г) повышение уровня физического развития.
11. **Какой из методов физического воспитания предусматривает непрерывное выполнение физического упражнения?**
    а) повторный;
    б) равномерный;
    в) интервальный;
    г) круговой.
12. **Как называется изгиб позвоночника вперёд в поясничном отделе?**
    а) лордоз;
    б) кифоз;
    в) хондроз;
    г) остеопороз.
13. **Что относится к естественным факторам внешней среды, как к средствам физического воспитания?**
    а) солнечная радиация и воздушная среда;
    б) воздушная и водная среда;
    в) водная среда и солнечная радиация;
    г) солнечная радиация, воздушная и водная среда.

14. Кто в настоящее время является президентом олимпийского комитета РФ?

а) П.А. Колобков;
б) О.В. Матыцин;
в) С.А. Поздняков;
г) А.Д. Жуков.

15. В каком виде спорта на площадке может максимально находиться 7 игроков одной команды?

а) в баскетболе;
б) в волейболе;
в) в футболе;
г) в гандболе.

16. Назовите место окончания дистанции в циклических видах спорта, которое специально оборудовано приборами для автоматической фиксации результатов. финиш

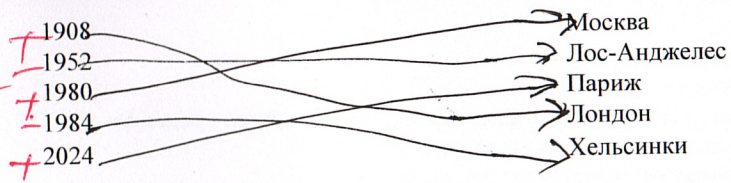
17. Назовите оговорённое заранее положение рук, ног, туловища перед началом выполнения упражнения. *В ответ запишите одно или несколько слов через пробел, без запятых и других разделителей. Слова с орфографическими и другими ошибками не засчитываются.*

18. Назовите сооружение для занятий водными видами спорта. Исходное положение

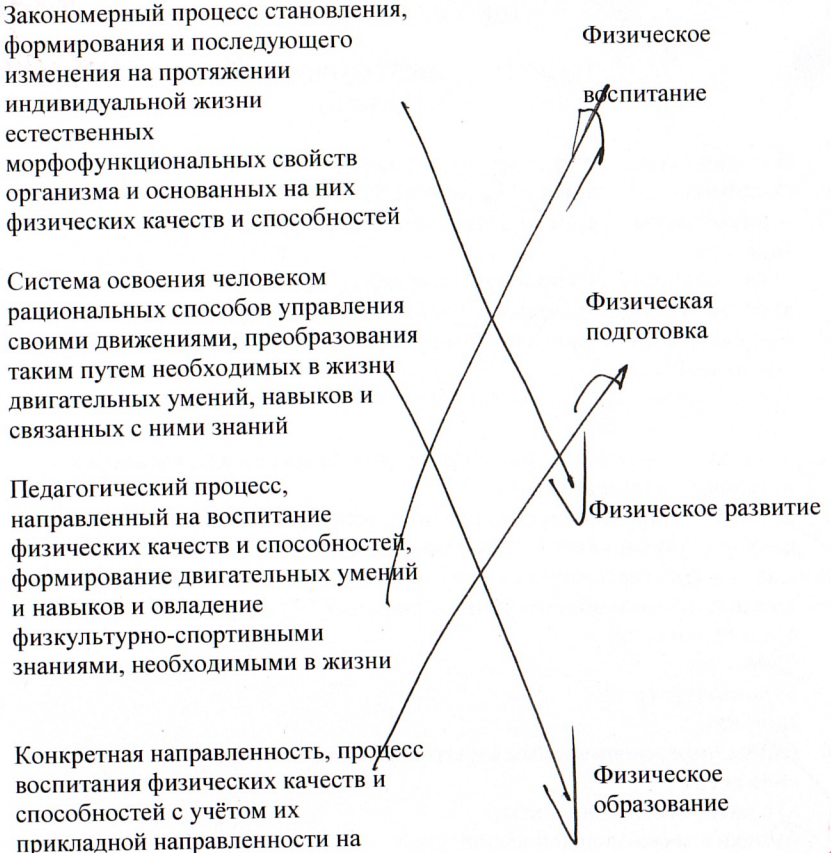
19. Назовите вид спорта, в котором четырёхкратный олимпийский чемпион, президент Всероссийской спортивной федерации Владимир Сальникова первым преодолел рубеж 15 минут на полутора-километровой дистанции. плавание

20. Как называется спортивная обувь для игры в футбол со сменными шипами на подошве и укреплённым широким носком для удара по мячу. бутсы

21. Установите соответствие между городом и годом проведения игр Олимпиады.



22. Установите соответствие между определением и термином.



23. Установите соответствие между летними видами спорта и принадлежностью их к олимпийской и неолимпийской программе.

летние олимпийские виды спорта	киберспорт триатлон сёрфинг спортивные танцы софтбол
летние неолимпийские виды спорта	городки хоккей на траве

05

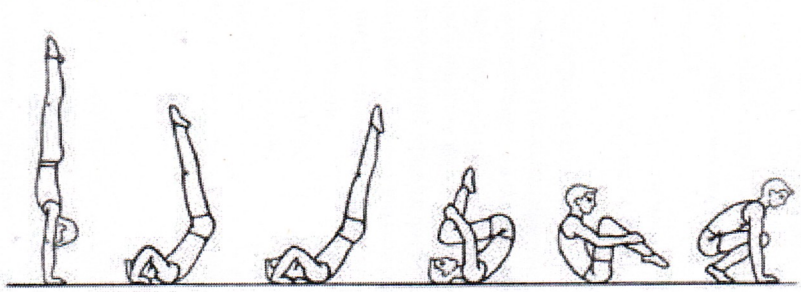
24. Установите последовательность действий в подготовительной части урока.

1	общая разминка
2	специальная разминка
3	вводный ритуал
	установочные
4	действия

1
2
3
4

05

25. Дайте правильную формулировку гимнастическому упражнению.
Используя предложенный перечень слов, выберите нужные и расположите в верной последовательности при описании гимнастического упражнения. Будьте внимательны, даны лишние слова.



1	в сед
2	в упор лёжа
	в упор
3	присев
4	вперёд
5	из
6	кувырок
7	на руках
8	назад
9	перекат
10	присед
11	прогнувшись
12	согнувшись
13	стойки

1
2
3
7
4
5
6

05