

**ТЕКСТЫ ОЛИМПИАДНЫХ ЗАДАНИЙ
ДЛЯ ШКОЛЬНОГО ЭТАПА
ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ
ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»
В 2025-2026 УЧЕБНОМ ГОДУ**

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ИСПЫТАНИЕ

5-6 КЛАСС

Инструкция по выполнению заданий для участников олимпиады

Задания объединены в 3 группы:

1. Задания в закрытой форме №№ 1-14, то есть с предложенными вариантами ответов. Задания 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.

Выбранные варианты отмечаются зачеркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в» или «г», например:

1	☒	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 №№ 15-17, то есть без предложенных вариантов ответов. При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать определение, либо вписать пропущенное слово (словосочетание), которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подбранное определение вписывайте в соответствующую графу бланка ответов **РАЗБОРЧИВО** (печатными буквами).

3. Задание на соответствие № 18. При выполнении задания необходимо установить соответствие между термином и его определением.

Время выполнения заданий – 45 минут.

Контролируйте время выполнения задания.

Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов.

Все исправления и зачеркивания квалифицируются как НЕПРАВИЛЬНЫЙ ответ.

Ответы с ошибками в написании слов считаются НЕПРАВИЛЬНЫМИ.

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

5-6 класс

Задания в открытой форме

1. Термин «Олимпиада» означает:

- а. соревнования, проводимые во время Олимпийских игр;
- б. первый год четырехлетия, наступление которого празднуют Олимпийские игры;
- в. четырехлетний период между Олимпийскими играми;
- г. синоним Олимпийских игр.

2. После какой команды принимается основная стойка?

- а. «вольно!»;
- б. «на старт!»;
- в. «равняйся!»;
- г. «смирно!».

3. В какой игре правила запрещают ловить мяч?

- а. баскетбол;
- б. волейбол;
- в. гандбол;
- г. пионербол.

4. Атлетов, нанесших смертельные раны сопернику во время Игр Олимпиады судьи Эллады:

- а. изгоняли со стадиона.
- б. объявляли героем;
- в. признавали победителем,
- г. секли лавровым венком;

5. Гибкость – это способность...

- а. выполнять движения с большой амплитудой;
- б. преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему за счет мышечных усилий;
- в. совершать двигательные действия в минимальный для данных условий отрезок времени;
- г. к длительному выполнению какой-либо деятельности без снижения ее эффективности.

6. Как называют положение, из которого начинают выполнять физическое упражнение?

- а. исходное положение;
- б. основная стойка;
- в. свободная стойка;
- г. стойка ноги врозь.

7. Гиподинамия – это...

- а. повышенная двигательная активность человека;
- б. пониженная двигательная активность;
- в. нехватка витаминов в организме;
- г. чрезмерное питание.

8. В обязательные испытания (тесты) ВФСК «Готов к труду и обороне» 3 ступени НЕ входит:

- а. бег на 30 м;
- б. наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье;
- в. прыжок длины с места толчком двумя ногами;
- г. сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.

9. Укажите часть тела, на которой нельзя измерить пульс...

- а. в области груди;
- б. в области запястья;
- в. в области шеи;
- г. на голени.

10. Что изображено на рисунке?

- а. Олимпионик;
- б. ритуал Олимпийских Игр;
- в. символ Олимпийских Игр;
- г. талисман Олимпийских Игр.



11. Что из перечисленного относится к гимнастическим снарядам?

- а. гимнастическая палка;
- б. обруч;
- в. перекладина;
- г. скакалка.

12. Прогнутое положение занимающегося с опорой руками и ногами называется ...

- а. «кольцо»;
- б. «лодочка»;
- в. «мост»;
- г. упор.

13. Режим дня это ...

- а. завтрак, обед и ужин каждый день в одно и то же время;
- б. выполнение поручений учителя;
- в. распределение основных дел в течение всего дня;
- г. подготовка домашних заданий.

14. Подтягивание в висе на перекладине считается правильным если...

- а. глаза находятся на уровне перекладины;
- б. подбородок выше уровня перекладины;
- в. при сгибании рук производятся дополнительные движения ногами;
- г. угол в локтевых суставах достигает 90°.

Задания в открытой форме

15. Назовите город, в котором были проведены первые Олимпийские игры современности.

16. Движение после команды «Шагом марш!» начинается с ноги.

17. Спортивный инвентарь, предназначенный для передвижения по льду называется...

Задание на соответствие

18. Установите соответствие между термином и его определением. Ответ буквами запишите в бланк ответов.

Термин		Определение	
1	Баскетбол	А	Бег по пересеченной местности с преодолением встречных препятствий.
2	Кросс	Б	Вид спорта, который включает в себя упражнения в беге, прыжках и метании.
3	Лёгкая атлетика	В	Вид спорта с прохождением дистанций различной протяжённости от 5 до 50 км с преодолением сложных поворотов, спусков и подъёмов.
4	Лыжные гонки	Г	Комплекс упражнений, выполнение которых помогает разбудить организм, зарядить его силой, бодростью, энергией на целый день.
5	Утренняя гимнастика	Д	Кратковременные физические упражнения, проводимые с целью предупреждения утомления, восстановления умственной работоспособности.
6	Физкультминутка	Е	Спортивная игра, которая включает в себя броски мяча в плетёную корзину.

**Вы выполнили задание.
Поздравляем!**