

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП
2026 ГОД

Код/шифр участника

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 2 | 6 | - | 0 | 1 | 1 | 8 |
|---|---|---|---|---|---|---|

Фамилия Зинченко

Имя Дарья

Отчество Дмитриевна

Субъект Федерации город Москва

Город/село/поселок город Москва

Школа (полное наименование образовательной организации)

ГБОУ школа №1502

Всероссийская олимпиада школьников по физической культуре
 Заключительный этап 2026 года
 Теоретико-методическое задание

БЛАНК ОТВЕТОВ

Код/шифр участника 26-0118

Контрольные вопросы по инструкции к тесту:

- 1 а б в г
 2 а б в г

- | | | | | | | | | | |
|-----------|----------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|-----------|---------------------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|
| № вопроса | Варианты ответов | | | | № вопроса | Варианты ответов | | | |
| 01. | <input type="checkbox"/> а | <input checked="" type="checkbox"/> б | <input type="checkbox"/> в | <input type="checkbox"/> г | 04. | <input checked="" type="checkbox"/> а | <input type="checkbox"/> б | <input type="checkbox"/> в | <input type="checkbox"/> г |
| 02. | <input type="checkbox"/> а | <input type="checkbox"/> б | <input type="checkbox"/> в | <input checked="" type="checkbox"/> г | 15. | <input checked="" type="checkbox"/> а | <input type="checkbox"/> б | <input type="checkbox"/> в | <input type="checkbox"/> г |
| 13. | <input type="checkbox"/> а | <input type="checkbox"/> б | <input checked="" type="checkbox"/> в | <input type="checkbox"/> г | 16. | <input checked="" type="checkbox"/> а | <input type="checkbox"/> б | <input type="checkbox"/> в | <input type="checkbox"/> г |

17.

| позвоночного столба | ПОДВИЖНОСТЬ | | | |
|---------------------|---------------------|--------------------------|---------------------|------------------------|
| | в плечевых суставах | в голеностопных суставах | в коленных суставах | тазобедренных суставах |
| 3 | 1 4 | 3 | 2 | 5 7 6 |

08. 356

9.

| Термин | Положение | Движение |
|---------|-----------|----------|
| Вис | + | |
| Гребок | | + |
| Жим | | + |
| Мах | | + |
| Метание | | + |
| Наклон | + | + |
| Пас | | + |

| Термин | Положение | Движение |
|----------|-----------|----------|
| Передача | | + |
| Присед | + | |
| Прыжок | | + |
| Сед | + | |
| Стойка | + | |
| Удар | | + |
| Упор | + | |

010. 1342

211. 1432

6,5

0

Код/шифр участника 06-0118

4 12.

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Г | Е | И | Л | В | К | Ж |

13. 0 1. движение обход по залу

0 2. движение по диагонали

2 3. движение по кругу

2 14. воля

2 15. ски-альпинизм

0 16. нагрузка

0 17. Физическое образование

2 18. Любовь Баранова - Козырева

2 19. 1911

0 20. конкур

21.

4

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| В | Г | Б | А |

1 1 1 1

22.

2

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| А | Б | Б | В | |

1 1 0 0

23.

6

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| Б | Е | А | Г | Д | В |

1 1 1 1 1 1

24.

1,5

| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Д | К | А | В | Е | Г | И | З | Ж | Б |

0,5 0 0 0 0,5 0 0 0,5 0 0

Код/шифр участника 26-0118

5 25. Обоснование и расчеты.

1) 1 стадий = 192,27 м

2) $\frac{400 \text{ м}}{192,27 \text{ м}} = \frac{40000}{19227} = 2,080 = 2,08 \text{ стадия}$

Ответ. 2,08 стадия составляет длина беговой дорожки в 400 м

5 26. Обоснование (формула) и расчеты.

$$IP = \frac{4 \cdot (P_1 + P_2) - 200}{10} = \frac{4 \cdot (17 + 25 + 19) - 200}{10} = 4,4 - \text{хорошая}$$

- где: P - пульс за 15 сек до нагрузки
P₁ - пульс за 15 сек сразу после нагрузки
P₂ - пульс за 15 сек в конце первой минуты после нагрузки

- до 0 : отличная
0 - 5 : хорошая
6 - 10 : посредственная > 15 : неудовлетворительная
10 - 15 : слабая

Ответ. индекс Руфье = 4,4, что означает хорошую приспособляемость к нагрузке.

Оценка

50,0

Подписи членов жюри

[Подпись]

[Подпись]

Расшифровка подписи

Ветомкина ЕА

[Подпись]

Лавин В. А.