

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ
ШКОЛЬНОГО ЭТАПА ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ
ШКОЛЬНИКОВ ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»
5-6 КЛАССЫ**

Задания в закрытой форме

1. Где зародились Олимпийские игры?

- а) Древняя Русь;
- б) Римская Империя;
- в) Древняя Греция;
- г) Византия.

2. Когда летние и зимние Олимпийские игры проводились в нашей стране?

- а) 1952 г. и 2010 г.
- б) 1972 г. и 2006 г.
- в) 1988 г. и 2002 г.
- г) 1980 г. и 2014 г.

3. Какие разделы программы включены в уроки физической культуры?

- а) спортивные игры, гимнастика, лёгкая атлетика;
- б) настольный теннис, гольф, дзюдо;
- в) единоборства, бег, лазание;
- г) подтягивание, приседание, бег, прыжки?

4. Как называется положение, из которого начинают выполнять физическое упражнение?

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

5. Какое из перечисленных качеств относится к физическим?

- а) целеустремленность;
- б) трудолюбие;
- в) смелость;
- г) выносливость.

6. На каких снарядах не соревнуются мужчины в спортивной гимнастике?

- а) брусья;
- б) бревно;
- в) конь;
- г) кольца.

7. Сколько очков получает команда при забивании мяча в кольцо со штрафного броска?

- а) 1;
- б) 2;
- в) 3;
- г) 4.

8. К какому виду спорта относится кувырок вперёд?

- а) подвижные игры;
- б) лёгкая атлетика;
- в) спортивная гимнастика;
- г) вид единоборства.

9. При каком условии считается правильным сгибание и разгибание рук в упоре лёжа при сдаче норм ГТО?

- а) плечи, туловище и ноги составляют прямую линию
- б) при сгибании рук происходит касание грудью станка (счётчика)
- в) каждое возвращение в исходное положение фиксируется на 1 с
- г) все перечисленные условия должны выполняться

10. Что из перечисленного относится к гимнастическим снарядам?

- а) перекладина
- б) скакалка
- в) гимнастическая палка
- г) обруч

11. Как называется способ торможения при спуске с горы на лыжах?

- а) «лесенкой»
- б) «согнув ноги»
- в) «ёлочкой»
- г) «плугом»

12. В ходьбе, в отличие от бега,

- а) другая координация работы рук и ног
- б) отсутствует фаза полета
- в) присутствует цикличность упражнения
- г) длиннее шаги

13. Какой из видов спорта включён в программу зимних Олимпийских игр?

- а) хоккей;
- б) конькобежный спорт;
- в) лыжные гонки;
- г) все перечисленные

14. Какими частями тела нужно касаться, стоя у стены, при правильной осанке?

- а) лопатками, плечами, ягодицами, пятками;
- б) затылком, лопатками, поясницей;
- в) затылком, лопатками, ягодицами, пятками;
- г) нужно вплотную прилегать к стене.

15. Что необходимо предпринять, чтобы глаза не уставали, а зрение не портилось?

- а) нужно меньше читать книги;
- б) тратить на выполнение домашних заданий не более 30 минут;
- в) нужно выполнять специальные упражнения;
- г) нужно как можно больше спать, чтобы глаза успевали восстанавливаться

16. К какому методу относится подача команд при выполнении физических упражнений?

- а) словесного воздействия;
- б) игровой;
- в) наглядного воздействия;
- г) повторный.

17. Какие упражнения используют для воспитания силы?

- а) бег в медленном темпе;
- б) прыжки с возвышения;
- в) махи руками;
- г) подтягивание.

18. Как называется положение, представленное на рисунке?



- а) основная стойка
- б) стойка ноги врозь
- в) стойка руки на пояс
- г) стойка скрестно левой

19. Что делать при ушибе?

- а) растереть ушибленное место мазью;
- б) намазать ушибленное место йодом;
- в) перевязать ушибленное место бинтом;
- г) наложить холодный компресс.

20. В каком виде спорта во время игры запрещается касаться руками мяча?

- а) футбол
- б) гандбол
- в) водное поло
- г) теннис

21. Что является основными средствами закаливания?

- а) физические упражнения;
- б) солнце, воздух, вода;
- в) выступление в соревнованиях;
- г) физический труд.

22. При выполнении каких видов деятельности создаются лучшие условия для развития ловкости?

- а) подвижных игр;
- б) прыжков в высоту и в длину;
- в) бега с максимальной скоростью;
- г) кросса.

Задания в открытой форме

23. Победителей Олимпийских игр в Древней Греции называли- ...

24. Способность выполнять физическое упражнение с большой амплитудой называется – ...

25. Какова величина частоты сердечных сокращений за минуту у занимающегося физической культурой, если за 10 секунд было зарегистрировано 23 удара?

26. В каком году были проведены первые Олимпийские игры современности?

27. С какой ноги начинается движение после команды «Шагом марш!»?

Задание на перечисление

28. Перечислите последовательно фазы техники в прыжке в длину с разбега?

Задание на установление соответствия

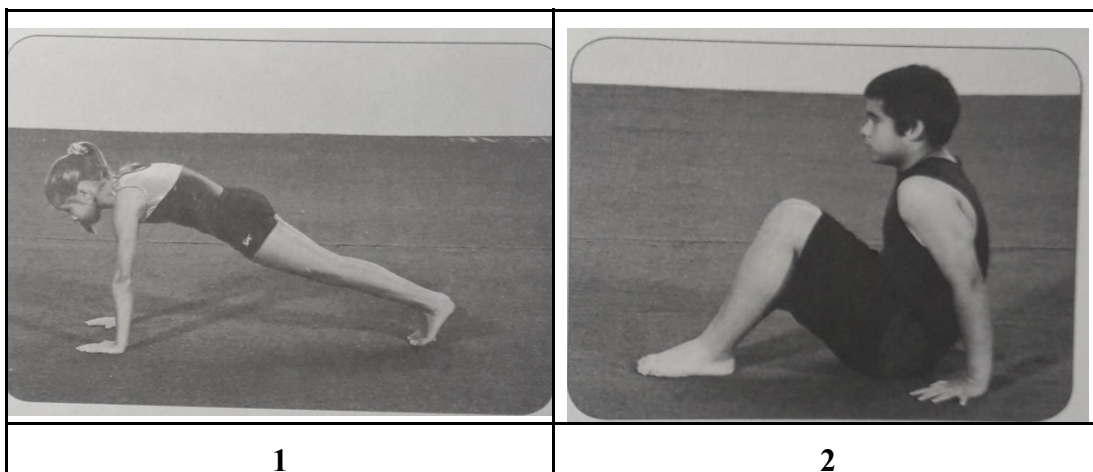
29. Установите правильную последовательность слов олимпийского девиза: «CITIUS! ALTIUS! FORTIUS!»

- а) Сильнее!
- б) Выносливее!
- в) Выше!
- г) Быстрее!
- д) Дальше!
- е) Мощнее!
- ж) Смелее!

1	2	3

Задание с изображениями

30. Укажите гимнастическую терминологию положения тела:



**Вы закончили выполнение заданий.
Поздравляем!**