

**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**

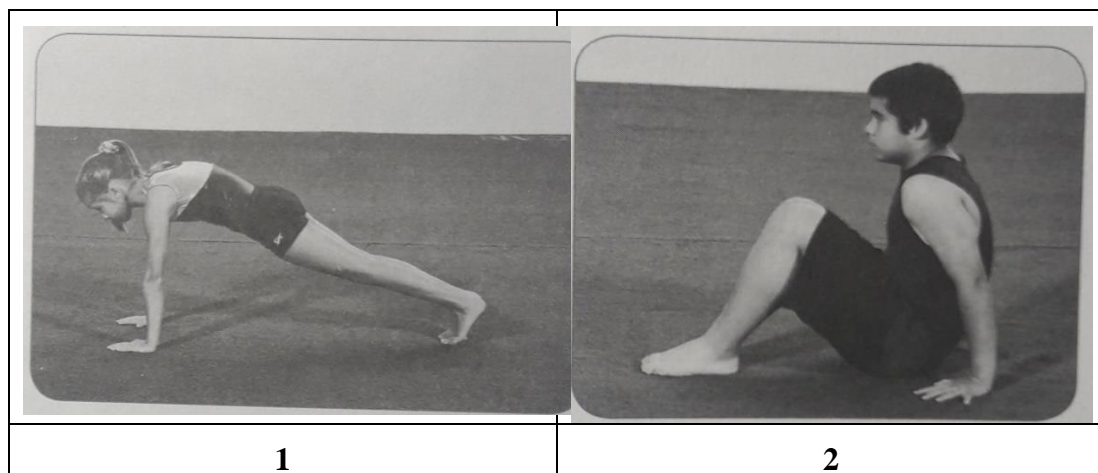
**29. Установите правильную последовательность слов олимпийского девиза: «CITIUS! ALTIUS! FORTIUS!»**

- 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:**



1

2