

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ  
ШКОЛЬНОГО ЭТАПА РЕСПУБЛИКАНСКОЙ ОЛИМПИАДЫ  
ШКОЛЬНИКОВ 2023-2024 УЧ.Г. ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ  
КУЛЬТУРА»  
5-6 КЛАССЫ**

Задания в закрытой форме, т. е. с предложенными вариантами ответов (а, б, в, г) оцениваются в **1 балл**, неправильно выполненное задание – **0 баллов**.

Задания в открытой форме, т. е. без предложенных вариантов ответов: правильное утверждение оценивается в **2 балла**, неправильное – **0 баллов**.

Задания на установление соответствия между понятиями: каждое верное утверждение этой группы оценивается в **1 балл**, неправильное – **0 баллов**.

Максимальное количество баллов за теоретический тур составляет – **30 баллов**.

**Задания в закрытой форме**

**1. Какой контингент символизирует кольцо красного цвета в Олимпийской эмблеме?**

- а) Азия;
- б) Австралия;
- в) Африка;
- г) Америка.

**2. Назовите ведущую организацию Всемирного олимпийского движения.**

- а) Всемирный олимпийский совет;
- б) Международный Олимпийский комитет;
- в) Российский Олимпийский комитет;
- г) Всемирный олимпийский комитет.

**3. Гиподинамия – это:**

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

**4. Разбег, толчок, полет, приземление – это элементы техники?**

- а) метание мяча в цель на дальность;
- б) прыжка в длину с места;
- в) опорного прыжка;
- г) прыжка в длину с разбега.

**5. В каком виде спорта отсутствует мяч?**

- а) теннис;
- б) регби;
- в) кёрлинг;
- г) гольф.

**6. Какой вид старта применяется в беге на короткие дистанции?**

- а) высокий;
- б) средний;
- в) низкий;
- г) любой.

**7. Вращательное движение через голову с последовательным касанием опорой поверхности отдельными частями тела в гимнастике обозначается как...**

- а) акробатика;
- б) «колесо»;
- в) сальто;
- г) кувырок.

**8. Как называется бег по пересечённой местности?**

- а) спринт
- б) стипль-чез
- в) кросс
- г) фристайл

**9. Метод равномерного непрерывного упражнения является наиболее распространённым при воспитании:**

- а) общей выносливости;
- б) скоростной выносливости;
- в) специальной выносливости;
- г) элементарных форм выносливости.

**10. Как называется гимнастический снаряд, изображённый на рисунке?**

- а) конь
- б) бревно
- в) перекладина
- г) помост



**11. К циклическим видам спорта относятся:**

- а) дзюдо, бокс, фехтование
- б) хоккей, волейбол, футбол
- в) плавание, лыжные гонки
- г) сёрфинг, скейтбординг

**12. При каких условиях восстановление после продолжительного бега будет более эффективным?**

- а) в положении сидя;
- б) в положении стоя;
- в) в ходьбе;
- г) в положении лёжа.

**13. Как называется эффективный способ выполнения физического упражнения?**

- а) двигательное умение;
- б) двигательный навык;
- в) физическое совершенство;
- г) техника физического упражнения.

**14. Как называется исходное положение в упражнении «подтягивание на высокой перекладине»?**

- а) вис;
- б) основная стойка;

- в) упор лёжа;
- г) упор стоя.

**15. Физические упражнения являются...**

- а) основным средством физической культуры;
- б) дополнительным средством физической культуры;
- в) специфическим методом физического воспитания;
- г) общепедагогическим методом физического воспитания.

**16. Какое из перечисленных упражнений могут использоваться для воспитания силы?**

- а) кувырки;
- б) приседания;
- в) челночный бег;
- г) броски предметов в цель.

**Задания в открытой форме**

17. Олимпиадами в Древней Греции называли \_\_\_\_\_
18. Международный олимпийский комитет был создан в \_\_\_\_\_ году.
19. Спортивный снаряд, который перетягивают – \_\_\_\_\_
20. \_\_\_\_\_ - способность держаться на воде, находиться под водой и передвигаться в ней или по ней определённым способом.
21. Величина дистанции, которая преодолевается спортсменами в соревнованиях по марафонскому бегу, составляет \_\_\_\_\_ метров.

**Задание на установление соответствия**

**22. Сопоставьте данные термины с их определениями:**

1. Сила	а) способность быстро, точно, целесообразно, экономично решать двигательные задачи
2. Выносливость	б) способность совершать двигательные действия в минимальный для данных условий отрезок времени
3. Быстрота	в) способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему посредством мышечных напряжений
4. Ловкость	г) способность к длительному выполнению работы без заметного снижения ее эффективности

**Вы закончили выполнение заданий.  
Поздравляем!**