

Теоретико-методический тур школьного этапа
Всероссийской олимпиады школьников по физической культуре
5-6 классы

1. Задания в закрытой форме, т. е. с предложенными вариантами ответов.

1. Какая страна считается родиной Олимпийских игр?

- а) Египет; б) Рим; в) Китай; г) Греция.

2. Кто возродил Олимпийские игры?

- а) Людвиг Гуттман; в) Пьер де Кубертен;
б) Алексей Витальевич Ашаев; г) Йоханнес Зигфрид Элстрем.

3. Как звучит девиз Олимпийских игр?

- а) «Спорт, здоровье, радость!»; в) «Быстрее, выше, сильнее!»;
б) «Дальше, выше, быстрее!»; г) «Будь всегда первым!».

4. Талисман Олимпийских игр 1980 года в Москве:

- а) красный ягуар; в) собачка Коби;
б) античные куклы; г) медвежонок Миша.

5. Одна из способов прыжка в длину в лёгкой атлетике обозначается как прыжок:

- а) с разбега; в) перекатом;
б) перешагиванием; г) ножницами.

6. Физическая культура представляет собой:

- а) процесс совершенствования возможностей человека; б) урок,
во время которого выполняются физические упражнения;
в) воспитание физических качеств и обучение двигательным действиям;
 г) часть человеческой культуры.

7. Что такое осанка?

- а) силуэт человека; б) привычное положение тела, когда человек сидит,
стоит и передвигается;
в) привычка к определённым позам; г) качество позвоночника,
обеспечивающее хорошее самочувствие и настроение.

8. Простейший комплекс ОРУ (общеразвивающих упражнений) начинается с упражнения:

- а) для мышц ног; в) махового характера;
 б) типа погружения; г) для мышц шеи.

9. Упражнения из какого вида спорта в большей степени помогают стать быстрым и выносливым?

- а) шахматы;
- б) фигурное катание;
- в) гимнастика;
- г) лёгкая атлетика.

10. Что надо делать для профилактики избыточного веса?

- а) заниматься физическими упражнениями по воскресеньям; б) один раз в месяц взвешивать на весы для контроля за весом (собственной массой тела); в) регулярно заниматься физическими упражнениями;

г) утром и вечером смотреться в зеркало и наблюдать за своим телосложением.

11. Гиподинамия – это:

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

12. Какова цель утренней гимнастики?

- а) вовремя успеть на первый урок в школе;
- б) совершенствовать силу воли; в)
- выступить на Олимпийских играх;
- г) ускорить полное пробуждение организма.

13. Что понимается под закаливанием?

- а) купание, принятие воздушных и солнечных ванн в летнее время; б) посещение бани, сауны;
- в) повышение устойчивости организма к воздействию неблагоприятных условий окружающей среды; г) укрепление здоровья.

14. С каких частей тела необходимо начинать разминку?

- а) с мышц ног; б) с мышц плечевого пояса;
- в) последовательность роли не играет;
- г) с мышц брюшного пресса и спины.

15. Что делать при ушибе?

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

II. Задания в открытой форме, т. с. без предложенных вариантов ответов.

Завершите определение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.

1. Олимпийскими в Древней Греции называли ОЛИМПИОНICK.
2. Одна из легенд гласит: Геракл отмерил собственными стопами дистанцию для бега – шестьсот стоп. Так появилась одна из наиболее распространённых мер длины, которая стала называться МЕТР.
3. Бег на самую длинную дистанцию называется МАРАФОН.
4. Спортивный спарад, который перетягивают, – КАНАТ.
5. Начало пути к финишу СТАРТ.

Теоретико-методический тур школьного этапа
 Всероссийской олимпиады школьников по физической культуре
 5-6 классы

Фамилия, Имя, Отчество Соловьева Виктория Васильевна
 Город, школа, класс Калародес, 8з, 6^р

БЛАНК ОТВЕТОВ

Контрольные вопросы по инструкции к
 тесту: 1 а б в г 2 а б в г

I. Задания в закрытой форме, т. е. с предложенными вариантами ответов.

№ Вопроса	Варианты ответов			
	«а»	«б»	«в»	«г»
1	а	б	в	г
2	а	б	в	г
3	а	б	в	г
4	а	б	в	г
5	а	б	в	г
6	а	б	в	г
7	а	б	в	г
8	а	б	в	г
9	а	б	в	г
10	а	б	в	г
11	а	б	в	г
12	а	б	в	г
13	а	б	в	г
14	а	б	в	г
15	а	б	в	г

II. Задания в открытой форме, т. е. без предложенных вариантов ответов.

№ вопроса	Варианты ответов
1	ОЛИМПИОННИК
2	МЕТР
3	МАРАФОН
4	КАНАТ
5	СТАРТ

Оценка (слагаемые и сумма)

Подпись жюри

24 балла

105

Алена