

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

I. 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 Ашеватов; г) Йоханнес Зигфрид Эдстрем.
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) краля ягуар; в) собачка Кои;
 б) античные куклы; г) медвежонок Митя.
5. Один 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 потягивания; 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 вставать 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) нехватка 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. е. без предложенных вариантов ответов.

Запишите определение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.

1. Олимпиониками в Древней Греции называли олимпийца.
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 снаряд, который перетягиваюст, канат.
5. Начало пути к финишу – старт.

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

Фамилия, Имя, Отчество Соловьевая, Евгения
 Город, школа, класс Хабаровск, 83, 5, А.

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	в	в	г
8	а	в	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

148.

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

№ вопроса	Варианты ответов	
1	Олимпиада	-
2	Метр	+
3	Дистанция	+
4	Километр	+
5	Старт	+

1050

Оценка (слагаемые и сумма)

Подпись жюри

24 балла

Аксенов