

ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Школьный этап

5-6 класс

Сидоров Сергей Николаевич
346230201 класс

1. Теоретико-методическое задание

Инструкция по выполнению заданий

Уважаемые участники!

Вашему вниманию представлены задания школьного этапа олимпиады по физической культуре.

Задания с № 1 по № 32 представлены в закрытой форме в виде вопросов с предложенными вариантами ответов, которые могут быть как правильными, так и неправильными. При выполнении этих заданий необходимо выбрать один правильный ответ в каждом задании. Ответ в виде буквы внесите в бланк ответов под соответствующим номером.

Задания № 33-39 представлены в открытой форме. При выполнении этих заданий необходимо дописать слово (слова), которые завершают предложение. Подобранные слова впишите в бланк ответа под соответствующим номером задания.

Задание № 40 представлено в виде таблицы, в которой в левом столбце вписаны одни данные, в правом столбце вписаны другие данные. Вам необходимо соотнести понятия левого столба с понятиями правого столба и вписать ответы в бланк под соответствующим номером задания.

Будьте внимательны при чтении заданий, аккуратно и разборчиво вписывайте ответы в бланк ответов в соответствующий номер. При ошибочном ответе зачеркните неправильный ответ и рядом аккуратно напишите правильный ответ.

Желаем удачи!

1. Слагаемые здорового образа жизни:

- ☒ А) рациональное питание, успешная учеба, двигательная активность
- Б) режим дня, двигательная активность, развитие творческих способностей
- В) гигиена, режим дня, подготовка к будущей профессиональной деятельности
- Г) режим дня, гигиена, рациональное питание, двигательная активность

2. Расстояние между двумя спортсменами, стоящими в строю называется;

- А) колонна
- ☒ Б) интервал
- В) шеренга
- Г) линия

3. Строевые упражнения – это:

- А) попеременно двухшажный ход;
- Б) низкий старт;
- ☒ В) повороты на месте, перестроения;
- Г) верхняя подача.

4. Гибкость – это способность

- ☒ А) выполнять движения с большой амплитудой
- Б) преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему за счет мышечных усилий
- В) совершать двигательные действия в минимальный для данных условий отрезок времени
- Г) к длительному выполнению какой-либо деятельности без снижения ее эффективности

5. Какой частью тела футболист не может останавливать мяч во время игры?

- а) головой,
- б) ногой,
- ☒ в) рукой,
- г) туловищем.

1 место

6. Способ прыжков в высоту, изучаемый в школе:

- а) «перекидной»;
- б) «волна»;
- в) «флоп»;
- ☒ г) «перешагивание».

7. Когда прошли первые олимпийские игры в древней Греции?

- А) 778г. до н.э
- ☒ Б) 776 г. до н.э
- В) 876 г. до н.э
- Г) 1896 г. н.э

8. В какой спортивной игре нет вратаря?

- а) футбол,
- б) хоккей,
- в) баскетбол,
- ☒ г) водное поло.

9. При растяжении мышц необходимо:

- А) наложить стерильную повязку и шину на место растяжения
- ☒ Б) протереть место растяжения перекисью водорода и наложить стерильную повязку
- В) наложить на место растяжения стерильную повязку, выше места растяжения – жгут
- Г) положить на место растяжения холодный компресс и тугую повязку

10. Чем отличается кроссовый бег от длительного бега?

- а) техникой бега,
- ☒ б) скоростью бега,
- в) местом проведения занятий,
- г) работой рук.

11. Как часто проходят Олимпийские игры?

- ☒ а) каждый год;
- б) один раз в два года;
- в) один раз в три года;
- г) один раз в четыре года.

12. Международная организация, созданная по инициативе барона Пьера де Кубертена для возрождения Олимпийских игр, сокращенно называется:

- А) МОК
- ☒ Б) ОКР
- В) НОК
- Г) БНОК

13. Основным спортом для развития координации движения является:

- ☒ А) баскетбол
- Б) гимнастика
- ☒ В) легкая атлетика
- В) шахматы

14. Волейбол как спортивная игра появилась в конце XIX века:

- ☒ А) в США
- Б) Канаде
- В) Японии
- Г) Германии

15. «Королевой спорта» называют вид спорта:

- А) плавание
- Б) лыжный спорт
- В) художественную гимнастику
- ☒ Г) легкую атлетику

16. Приемом игры в баскетбол является:

- А) остановка прыжком
- ☒ Б) нижняя прямая подача
- В) бросок в ворота соперника
- Г) остановка катящегося мяча подошвой

17. Каким упражнением проверить физическое качество – гибкость:

- а) подтягивание в висе на перекладине,
- б) прыжки в длину с места,
- ☒ в) наклон вперед из положения сидя ноги врозь,
- г) кувырок вперед.

18. Где зародились Олимпийские игры?

- А) Древняя Русь;
- Б) Римская Империя;
- ☒ В) Древняя Греция;
- Г) Византия.

19. Как звучит девиз Олимпийского движения?

- ☒ А) Быстрее! Выше! Сильнее!
- Б) Победа! Слава! Богатство!
- В) Мир! Дружба! Братство!
- Г) Победы! Рекорды! Достижения!

20. 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.

21. Какое международное спортивное мероприятие состоялось в 2018 году в России?

- А) Чемпионат Мира по хоккею;
- ☒ Б) Чемпионат Мира по футболу;
- В) Чемпионат Мира по лёгкой атлетике;
- Г) Чемпионат Мира по водным видам спорта.

22. Какие упражнения используют для воспитания силы?

- А) бег в медленном темпе;
- Б) прыжки с возвышения;
- В) махи руками;
- ☒ Г) подтягивание.

23. Какой из видов спорта относится к игровым?

- А) фехтование;
- Б) борьба;
- ☒ В) хоккей;
- Г) биатлон.

24. К какому виду спорта относятся и бег, и прыжки, и метания?

- а) спортивная гимнастика;
- б) лёгкая атлетика;
- в) акробатика;
- ☒ г) триатлон.

25. Какое из перечисленных качеств относится к физическим?

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

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

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

27. Что из перечисленного НЕ относится к водным видам спорта?

- а) бобслей;
- ☒ б) гребля;
- в) парусный спорт;
- г) водное поло.

28. Какая прыжковая спортивная дисциплина относится к лёгкой атлетике?

- ☒ а) прыжок с шестом;
- б) опорный прыжок;
- в) прыжок с парашютом;
- г) прыжок в воду.

29. После какой команды принимается основная стойка?

- а) На старт!
- б) Равняйся!
- ☒ в) Смирно!
- г) Вольно!

30. Что является основными средствами закаливания?

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

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

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

32. При каком условии подтягивание считается правильным?

- ☒ а) подбородок выше уровня перекладины;
- б) угол в локтевых суставах достигает 90°;
- в) глаза находятся на уровне перекладины;
- г) при сгибании рук производятся дополнительные движения ногами.

В данных заданиях завершите предложение, вписав правильное продолжение в бланк ответа

33. Потертости и обморожения характерны при занятиях лыжным.
(видом спорта)

34. Внешние признаки утомления – это усталость.

35. Назовите вид спорта первого олимпийского чемпиона, представителя нашей страны, Николая Панина-Коломенкина _____.

36. Победителей Олимпийских игр в Древней Греции называли пальмар.

37. Назовите спортивный инвентарь круглой формы, наиболее распространённый в игровых видах спорта: мяч.

38. Способность выполнять физическое упражнение с большой амплитудой называется гибкость.

39. Оговоренное заранее положение рук, ног, туловища перед началом выполнения упражнения называется _____.

В данном задании соотнесите цифре в правом столбце букву в левом столбце и впишите в бланк ответа (например, 1Б и т.д.)

40. Какое количество игроков находится на площадке во время игры в указанном виде спорта?

1 Баскетбол	5	А) 7
2 Волейбол	6	Б) 11
3 Футбол	11	В) 6
4 Ручной мяч (гандбол)	8	Г) 5

БЛАНК ОТВЕТОВ

1	2	3	4	5
а	с	б	а	б
6	7	8	9	10
з	с	з	с	с
11	12	13	14	15
а	с	б	А	з
16	17	18	19	20
с	б	б	А	А
21	22	23	24	25
с	з	б	з	з
26	27	28	29	30
с	с	а	б	с
31	32	33	34	35
а	а	милый	уставает	
36	37	38	39	40
шагнать	мил	милый		1-з 2-б 3-с 4-а

31