

ФЧ-5-3

**ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ. 2024-2025 уч. г.
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП . 5-6 КЛАССЫ**

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР
Инструкция по выполнению заданий**

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к уровню знаний учащихся общеобразовательных школ по предмету «Физическая культура».

Задания объединены в 2 группы:

1. Задания в закрытой форме, то есть с предложенными вариантами ответов. При выполнении этих заданий необходимо выбрать один из предложенных вариантов. Среди них содержатся как правильные, так и неправильные завершения, а также частично соответствующие смыслу утверждения. Правильным является только одно - то, которое наиболее полно соответствует смыслу утверждения.

Выбранные варианты отмечаются зачёркиванием соответствующего ответа: «а», «б», «в» или «г».

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте задания, вызывающие затруднения. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий.

Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 1 балл.

2. Задания в открытой форме, то есть без предложенных вариантов ответов. При выполнении этих заданий необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подбранное определение вписывайте в соответствующую графу.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2 балла.

Время выполнения всех заданий - 45 минут.

Будьте внимательны, делая записи. Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ.

Желаем успеха!

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

1. Первые Олимпийские игры современности были проведены в ...
а) 1894 г. б) 1896 г. в) 1900 г. г) 1904 г.
2. Кто имел право принимать участие в древнегреческих Олимпийских играх:
а) только свободные греки мужчины; в) греки мужчины и женщины
б) только греки мужчины; г) все желающие.
3. Как назывались специальные помещения для подготовки атлетов к Играм в Древней Греции?
а) ипподром; в) амфитеатр;
б) стадион; г) гимнасии.
4. Какому древнегреческому герою мифы приписывали учреждение древних Олимпийских игр?
а) Персей; в) Ахиллес;
б) Тесей; г) Геракл.
5. К какому разделу программы относится стойка на лопатках?
а) лёгкая атлетика; в) силовой атлетизм;
б) гимнастика; г) ко всем перечисленным разделам.
6. К зимним видам спорта относится.
а) лёгкая атлетика; в) конькобежный спорт;
б) тяжёлая атлетика; г) плавание.

7. Какие виды прыжковых дисциплин представлены на официальных соревнованиях по лёгкой атлетике?

- а) прыжок в длину с места;
- б) прыжок в длину с разбега;
- в) прыжок в высоту с места;
- г) тройной прыжок с места.

8. Полоса препятствий используется для воспитания.

- а) выносливости;
- б) силы;
- в) ловкости;
- г) гибкости.

9. До какого возраста необходимо заниматься физическими упражнениями?

- а) до 18 лет;
- б) до 45 лет;
- в) до 60 лет;
- г) всю жизнь.

10. Под здоровьем понимают такое комфортное состояние человека, при котором...

- а) легко переносятся неблагоприятные условия и факторы;
- б) он обладает высокой работоспособностью и быстро восстанавливается;
- в) он бодр и жизнерадостен;
- г) наблюдается всё вышеперечисленное.

11. Воздушные ванны - это...

- а) купание в открытом водоёме;
- б) загорание на пляже;
- в) прогулки в прохладную погоду;
- г) ходьба босиком.

12. Прогнутое положение занимающегося с опорой руками и ногами - это.

- а) «мост»;
- б) «лодочка»;
- в) «кольцо»;
- г) упор лёжа.

13. В каком виде спорта мяч забивается в ворота?

- а) бейсбол;
- б) баскетбол;
- в) волейбол;
- г) флорбол.

14. Какие упражнения необходимо выполнять для формирования правильной осанки?

- а) для мышц спины и живота;
- б) для мышц ног;
- в) для мышц рук;
- г) для мышц шеи.

15. Сколько времени должна занимать утренняя гигиеническая гимнастика?

- а) 2-3 минуты;
- б) 10-15 минут;
- в) 30-40 минут;
- г) 1-1,5 часа.

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

16. Впервые олимпийский флаг был поднят на Олимпийских играх в каком 1896 году.

17. Согласно легендам первым видом соревнований, вошедшим в программу античных Олимпийских игр, был(а) бег.

18. Вид спорта, включающий бег, прыжки и метания называется многоборьем.

19. Назовите самый тяжёлый спортивный снаряд штанга.

20. Как называются соревнования, которые проходят один раз в четыре года? чемпионат мира.