

ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП
ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ

«Физическая культура» 2020-21уч.г.

5 – 6 классы

Инструкция по выполнению задания

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

Задания объединены в группы:

I. Задания с выбором одного правильного ответа.

При выполнении этих заданий необходимо выбрать единственно правильный вариант из предложенных. Среди вариантов могут встретиться частично правильные, не подходящие в качестве ответа. Правильным является только один – тот, который наиболее полно соответствует смыслу утверждения. Выбранный вариант отмечается зачёркиванием соответствующего квадрата в бланке работы: «а», «б», «в» или «г».

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный вами выбор. Пропускайте задания, которые не удаётся выполнить сразу. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенным заданиям.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в **1 балл**.

II. Задания, в которых необходимо вписать ответ.

При выполнении этих заданий необходимо самостоятельно подобрать недостающие слова, чтобы получилось верное утверждение. Подобранные слова вписывайте в соответствующую графу бланка работы.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в **1 балла**. Максимальное количество баллов, которое возможно набрать участнику в теоретическом задании формируется из суммы максимально возможных баллов по каждому типу заданий в тестовой форме. 20баллов

К» Максимально возможный балл в конкретном задании (по регламенту).

Зачетные баллы: за теоретико-методическое задание – **20 баллов**

Контролируйте время выполнения задания

Время выполнения задания – 45 минут

ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП
ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ

«Физическая культура» 2020-21 уч. г.

5-6 класс

Максимальное количество баллов-20

I. Задания с выбором одного правильного ответа.

1. Кто возродил Олимпийские игры?

- а) Вьюльфин Эрнест;
- б) Пьер Де Кубертен;
- в) Коган Эрнст Юлидо;
- г) Петр I

2. Какие разделы программы включены в уроки физической культуры?

- а) спортивные игры, гимнастика, лёгкая атлетика;
- б) настольный теннис, гольф, дзюдо;
- в) единоборства, бег, лазание;
- г) подтягивание, приседание, бег, прыжки.

3. При воздействии, на какое физическое качество важная роль отводится разминке?

- а) на силу;
- б) на гибкость;
- в) на быстроту;
- г) на все физические качества.

4) При выполнении каких видов деятельности создаются лучшие условия для развития ловкости?

- а) подвижных игр;
- б) прыжков в высоту и в длину;
- в) бега с максимальной скоростью;
- г) кросса.

5) Сколько очков получает команда при забивании мяча в кольцо со штрафного броска?

- а) 1;
- б) 2;
- в) 3;
- г) 4.

б) В какой игре правила запрещают ловить мяч?

- а) гандбол;
- б) волейбол;
- в) баскетбол;
- г) пионербол.

7) Какими частями тела нужно касаться, стоя у стены, при правильной осанке?

- а) лопатками, плечами, ягодицами, пятками;
- б) затылком, лопатками, поясницей;
- в) затылком, лопатками, ягодицами, пятками;
- г) нужно вплотную прилегать к стене.

8) Какие составляющие относятся к здоровому образу жизни?

- а) рациональное питание;
- б) режим дня;
- в) закаливание;
- г) все перечисленные.

9) Что необходимо предпринять, чтобы глаза не уставали, а зрение не портилось?

- а) нужно меньше читать книги;
- б) тратить на выполнение домашних заданий не более 30 минут;
- в) нужно выполнять специальные упражнения;
- г) нужно как можно больше спать, чтобы глаза успевали восстанавливаться.

10) 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.

11) Чтобы научиться плавать надо, прежде всего, ...

- а) не купаться при насморке и кашле;
- б) научиться делать выдох в воду;
- в) лечь на воду и задержать дыхание;
- г) обливаться водой по утрам.

12) Бег на длинные дистанции развивает:

- а) гибкость;
- б) ловкость;
- в) быстроту;
- г) выносливость.

13) 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.

14) В какой стране зародились Олимпийские игры?

- а) в России;
- б) в Англии
- в) в Греции
- г) в Италии

15) У Олимпийских игр в Сочи было три талисмана: Белый мишка, Леопард и ...?

- а) Лучик;
- б) Зайка;
- в) Снежинка;
- г.) Матрешка

II. Задания, в которых необходимо вписать ответ.

Ответьте на вопрос, вписав соответствующий ответ в бланк.

16. Как называют победителя Олимпийских игр в одном из видов программы?

17. С какой ноги начинается движение после команды «Шагом марш!»?

18. Как называется положение тела на перекладине, при котором плечи находятся ниже точки хвата?

19. Какова величина частоты сердечных сокращений за минуту у занимающегося физической культурой, если за 10 секунд было зарегистрировано 17 ударов?

20. Спортивный инвентарь, предназначенный для передвижения по льду называется...