**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ**

**ШКОЛЬНОГО ЭТАПА РЕСПУБЛИКАНСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ 2023-2024 УЧ.Г. ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

**5-6 КЛАССЫ**

Задания в закрытой форме, т. е. с предложенными вариантами ответов (а, б, в, г) оцениваются в **1 балл**, неправильно выполненное задание – **0 баллов**.

Задания в открытой форме, т. е. без предложенных вариантов ответов: правильное утверждение оценивается в **2 балла**, неправильное – **0 баллов**.

Задания на установление соответствия между понятиями: каждое верное утверждение этой группы оценивается в **1 балл**, неправильное – **0 баллов**.

Максимальное количество баллов за теоретический тур составляет – **30 баллов.**

**Задания в закрытой форме**

# 1. Какой контингент символизирует кольцо красного цвета в Олимпийской эмблеме?

а) Азия;

б) Австралия;

в) Африка;

г) Америка.

**2. Назовите ведущую организацию Всемирного олимпийского движения.**

а) Всемирный олимпийский совет;

б) Международный Олимпийский комитет;

в) Российский Олимпийский комитет;

г) Всемирный олимпийский комитет.

**3.**   **Гиподинамия – это:**

а) пониженная двигательная активность человека;

б) повышенная двигательная активность человека;

в) нехватка витаминов в организме;

г) чрезмерное питание.

**4. Разбег, толчок, полет, приземление – это элементы техники?**

а) метание мяча в цель на дальность;

б) прыжка в длину с места;

в) опорного прыжка;

г) прыжка в длину с разбега.

**5. В каком виде спорта отсутствует мяч?**

а) теннис;

б) регби;

в) кёрлинг;

г) гольф.

**6. Какой вид старта применяется в беге на короткие дистанции?**

а) высокий;

б) средний;

в) низкий;

г) любой.

**7. Вращательное движение через голову с последовательным касанием опорой поверхности отдельными частями тела в гимнастике обозначается как…**

а) акробатика;

б) «колесо»;

в) сальто;

г) кувырок.

**8. Как называется бег по пересечённой местности?**

а) спринт

б) стипль-чез

в) кросс

г) фристайл

**9. Метод равномерного непрерывного упражнения является наиболее распространённым при воспитании:**

а) общей выносливости;

б) скоростной выносливости;

в) специальной выносливости;

г) элементарных форм выносливости.

**10. Как называется гимнастический снаряд, изображённый на рисунке?**

а) конь

б) бревно

в) перекладина

г) помост

**11. К циклическим видам спорта относятся:**

а) дзюдо, бокс, фехтование

б) хоккей, волейбол, футбол

в) плавание, лыжные гонки

г) сёрфинг, скейтбординг

**12. При каких условиях восстановление после продолжительного бега будет более эффективным?**

а)  в положении сидя;

б) в положении стоя;

в) в ходьбе;

г) в положении лёжа.

**13. Как называется эффективный способ выполнения физического упражнения?**

а) двигательное умение;

б) двигательный навык;

в) физическое совершенство;

г) техника физического упражнения.

**14. Как называется исходное положение в упражнении «подтягивание на высокой перекладине»?**

а) вис;

б) основная стойка;

в) упор лёжа;

г) упор стоя.

**15. Физические упражнения являются...**

а) основным средством физической культуры;

б) дополнительным средством физической культуры;

в) специфическим методом физического воспитания;

г) общепедагогическим методом физического воспитания.

**16. Какое из перечисленных упражнений могут использоваться для воспитания силы?**

а) кувырки;

б) приседания;

в) челночный бег;

г) броски предметов в цель.

**Задания в открытой форме**

**17.**  **Олимпиониками в Древней Греции называли \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**18. Международный олимпийский комитет был создан в\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ году.**

**19. Спортивный снаряд, который перетягивают – \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**20. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ - способность держаться на воде, находиться под водой и передвигаться в ней или по ней определённым способом.**

**21. Величина дистанции, которая преодолевается спортсменами в соревнованиях по марафонскому бегу, составляет \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ метров.**

**Задание на установление соответствия**

**22. Сопоставьте данные термины с их определениями:**

|  |  |
| --- | --- |
| 1. Сила | а) способность быстро, точно, целесообразно, экономично решать двигательные задачи |
| 2.Выносливость | б) способность совершать двигательные действия в минимальный для данных условий отрезок времени |
| 3.Быстрота | в) способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему посредством мышечных напряжений |
| 4.Ловкость | г) способность к длительному выполнению работы без заметного снижения ее эффективности |

**Вы закончили выполнение заданий.**

**Поздравляем!**