



ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ 2019/20 гг.
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
5-6 КЛАСС

Теоретический тур
Материалы для учителя

Время выполнения заданий **40** минут
Максимальное количество баллов - **20**

Задания в закрытой форме. Из предложенных вариантов ответов выберите один правильный.

1. Инициатором возрождения Олимпийских игр являлся.....

- а) Петр I;
- б) Александр Македонский;
- в) Пьер де Кубертен;
- г) Николай II.

2. Ценности Олимпийских игр:

- а) дружба, совершенство, уважение;
- б) равенство, богатство, единство;
- в) верность, дружба, любовь;
- г) дружба, уважение, верность.

3. В Древнегреческих олимпийских играх имел право принимать участие.....

- а) только свободные греки мужчины;
- б) греки мужчины и женщины;
- в) только греки мужчины;
- г) все желающие.

4. Алексей Тищенко – чемпион олимпийских игр в ...

- а) легкой атлетике;
- б) боксе;
- в) плавании;
- г) гимнастике.

5. Баскетбол зародился в:

- а) России;
- б) Англии;
- в) Америке;
- г) Франции.

6. Упражнения, для развития выносливости целесообразно выполнять в...

- а) в конце подготовительной части занятия;
- б) в начале основной части занятия;
- в) в середине основной части занятия;
- г) в конце основной части занятия.

7. Гибкость не зависит от:



ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ 2019/20 гг.
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
5-6 КЛАСС

- а) анатомического строения суставов;
- б) ростовых показателей;
- в) эластичности мышц и связок;
- г) температуры тела.

8. Вероятность травм при занятиях физическими упражнениями снижается, если учащиеся...

- а) переоценивают свои возможности;
- б) следует указаниям преподавателя;
- в) владеют навыками выполнения движений;
- г) не умеют владеть своими эмоциями.

9. При оказании первой помощи пострадавшему от ушиба какой-либо части тела о твердую поверхность, прежде всего, следует

- а) охладить ушибленное место;
- б) приложить тепло на ушибленное место;
- в) наложить шину;
- г) обработать ушибленное место йодом.

10. Физическая культура представляет собой...

- а) процесс совершенствования возможностей;
- б) урок, во время которого выполняются физические упражнения;
- в) воспитание физических качеств и обучение двигательным действиям;
- г) часть человеческой культуры.

11. Для самоконтроля за самочувствием занимающихся на уроке физической культуры чаще всего используют измерение:

- а) массы тела;
- б) роста;
- в) частоты сердечных сокращений (ЧСС);
- г) объема грудной клетки.

12. Первой ступенью закаливания организма является закаливание...

- а) водой;
- б) солнцем;
- в) воздухом;
- г) холодом.

13. Недостатком витаминов в организме человека называется...

- а) «авитоминоз»;
- б) «гиповитаминоз»;
- в) «гипервитаминоз»;
- г) «бактериоз».

14. В беге на короткие дистанции применяетсявид старта.

- а) высокий;



ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ 2019/20 гг.
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
5-6 КЛАСС

- б) средний;
- в) низкий;
- г) любой.

15. Футболист не может останавливать мяч во время игры.....

- а) головой;
- б) ногой;
- в) рукой;
- г) туловищем.

Задания открытого типа (впишите краткий ответ в бланк ответов)

16. Прыжок через козла или коня называется

17. Если вы стартуете по команде, а ваш более сильный соперник стартует позже для выравнивания ваших шансов (например, на тренировке), то такое выравнивание возможностей называется.....

18. В лёгкой атлетике есть вид состязаний метание мяча. А если снаряд ядро, то не метание, а

19. Если в баскетболе соперник провёл против игрока запрещённый приём, то такое действие называется.....

20. Если в футболе игрок сделал вид, что против него сыграли не по правилам, и у него из-за этого произошло падение (возможно с травмой), то этот поступок называется.....



ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ 2019/20 гг.
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
5-6 КЛАСС

Теоретический тур

Материалы для учителя

Максимальное количество баллов – 20,

по 1 баллу за каждый правильный ответ

Ключ к ответам 5-6 класс

№ вопроса	Варианты ответов			
	А	Б	В	Г
1		Б		
2	А			
3	А			
4		Б		
5			В	
6				Г
7		Б		
8		Б		
9	А			
10				Г
11			В	
12			В	
13	А			
14			В	
15			В	
16	Опорный			
17	Гандикап			
18	Толкание			
19	Фол			
20	Симуляция			



ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ШКОЛЬНИКОВ 2019/20 гг.
ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
5-6 КЛАСС

Практический тур
Материалы для учителя

Максимальное количество баллов – 80.

1. Прыжок в длину с места. Максимальное количество баллов - 40.

Регламент испытания: Участник встает за линию старта, по сигналу судьи выполняет прыжок с места. Прыжок выполняется с двух ног, на две ноги. Результат считается по пяткам или по последнему касанию любой части тела. Участнику дается три попытки. Фиксируется лучший результат, который оценивается в баллах согласно таблице.

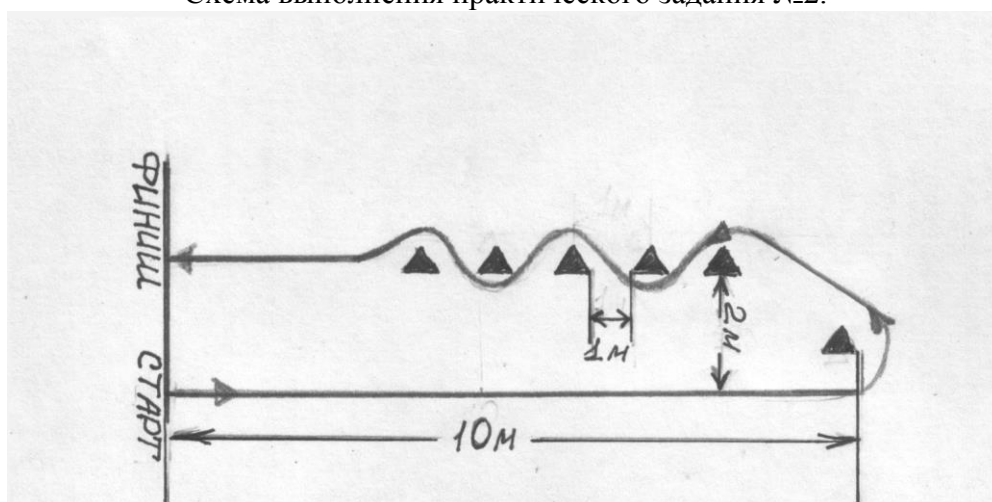
Вид	40 баллов	30 баллов	20 баллов	10 баллов	5 баллов
Прыжок в длину с места (мальчики)	196 и более	181-195	166-180	151-165	150 и менее
Прыжок в длину с места (девочки)	181 и более	171-180	161-170	151-160	150 и менее

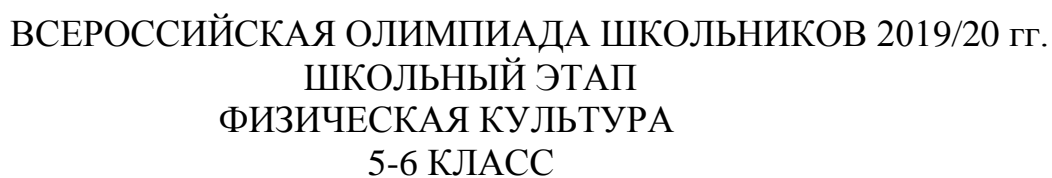
2. Полоса препятствий. Максимальное количество баллов – 40.

Описание выполнения задания: Участник встает к линии старта. По команде: «На старт!», принимает положение «Высокий старт». По команде: «Марш!» (включается секундомер) выполняет бег по прямой линии (10 метров) до фишки, обегает ее и, перемещаясь под углом влево, (до 1-ой фишки) возвращается обратно. При этом оббегает расставленные на расстоянии 1 метр 5 фишек. Время останавливается, когда участник пересечет финишную черту. Выполнение двигательного действия фиксируется по времени и оценивается согласно таблицы. Нельзя задевать фишки, перепрыгивать через них, не обегать их. За каждую ошибку прибавляется 0,5 секунд штрафного времени.

Вид	40 баллов	30 баллов	20 баллов	10 баллов	5 баллов
Полоса препятствий (мальчики)	5.6 и выше	5.7-5.9	6.0-6.4	6.5-6.9	7.0 и ниже
Полоса препятствий (девочки)	5.8 и выше	5.9-6.3	6.4-6.8	6.9-7.3	7.4 и ниже

Схема выполнения практического задания №2.





Материалы для учителя

[illegible]